Guy
Corneau

Există iubiri fericite?

Psihologia relației de cuplu

Traducere din franceză de
Emanoil Marcu



Coordonatorul seriei
OANA BÂRNA
Coperta și concepția grafică a seriei
IOAN CUCIURCĂ

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale
CORNEAU, GUY
Există iubiri fericite? : psihologia relației de cuplu / Guy Corneau;
trad.: Emanoil Marcu. – București: Humanitas, 2000
228 p.; 21 cm. – (Humanitas Practic; 13)
Tit. orig. (fre.): N'y a-t-il pas d'amour heureux?
Bibliogr.
ISBN 973–50–0115–2

I. Marcu, Emanoil (trad.)

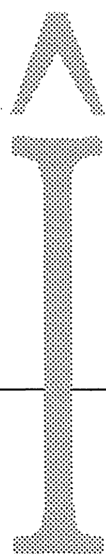
159.922.1

Guy Corneau
N'y a-t-il pas d'amour heureux?

ISBN 973–50–0115–2

Părinților mei, pentru iubirea și generozitatea lor.
Surorilor mele, pentru prietenia lor.
Marie-Ginettei și fiecăreia dintre femeile care, fiindu-mi aproape în suferința sau în bucuria iubirii, au contribuit la a doua mea naștere.
Tovarășilor mei de drum de la Réseau Hommes Québec și de la celelalte rețele – belgiene, elvețiene și franceze.

Introducere

n țara iubirii a izbucnit războiul. Cum se face că în viețile noastre sînt atîtea conflicte, deși cu toții, bărbați și femei, căutăm fericirea ? Cum se face că sîntem în război tocmai cu cei pe care-i iubim mai mult ? Folosește la ceva acest război ? Cine l-a declarat ? Ce cîștig ne poate aduce ? Și, mai ales, cum am putea să-i punem capăt ?

La drept vorbind, toate războaiele, indiferent de pretextul invocat, sînt lupte pentru teritoriu. Războiul izbucnește cînd două țări își dispută suveranitatea asupra aceluiași teritoriu, cînd frontierele dintre două state independente au fost imprecis definite sau cînd, cu timpul, s-au șters. Acolo unde granițele au fost trasate bine și sînt respectate nu există nici neclaritate, nici conflict.

În contextul unei societăți în care definirea rolurilor și a limitelor este în plină schimbare, sarcina nu e ușoară.

O asemenea stare de incertitudine favorizează extinderea conflictului pe toate fronturile. Și mai ales pe terenul familiei și al cuplului. Căci, îndrăznind să repunem în discuție rolurile prestabilite de societatea patriarhală, îndrăznind să ne întrebăm ce e un tată, o mamă, un bărbat, o femeie, un heterosexual, un homosexual, puteam fi siguri că un conflict deschis avea să atingă domeniul relațiilor afective dintre bărbați și femei.

Într-un fel, aveam absolută nevoie de acest război pentru a rupe cu dinamicile perimate care ne hotărau viețile dinainte. Dar, în același timp, e clar că orice criză reprezintă un risc. La chinezi, cuvîntul *criză* are de altfel dublul sens de *ocazie* și de *pericol.* Criza oferă, ca să spun așa, o șansă periculoasă de a evolua. Pentru noi, asta ar însemna să profităm de deschidere pentru a crea o nouă intimitate între bărbați și femei; iar pericolul ar fi să ne uzăm în acuzații permanente schimbate între un sex și celălalt.

Fericirea rămîne să fie inventată

Cînd țin o conferință despre intimitate, încep adesea prin a întreba auditoriul dacă a cunoscut măcar un cuplu fericit. Majoritatea ridică mîna. Dacă merg pînă la trei cupluri, număr vreo zece mîini ridicate într-un grup de cinci sute de persoane. Pentru mai mult de cinci cupluri, nu mai văd mîini ridicate.

Surprinzătoare statistici! Sfîrșești prin a te întreba dacă nu cumva cuplul e o himeră sau chiar o formă de masochism. Aproape toți încearcă, sperînd să găsească în cuplu o fericire ce le scapă mereu. Ideea unei posibile fericiri în doi ne stîrnește dorința, ne motivează, ne împinge înainte – dar putem spera s-o atingem vreodată? Înclin să cred, ca psihanalista Jan Bauer[1], că niciodată n-a existat o adevărată intimitate între bărbați și femei. A fost cel mult izbînda cîtorva cupluri izolate. E o iluzie că fericirea s-ar găsi în urma noastră, în trecut, că generațiile precedente au reușit acolo unde noi eșuăm

lamentabil. Nici vorbă! Fericirea cuplului, intimitatea între bărbat și femeie sînt înaintea noastră. Rămîn să fie inventate. Noi nu scriem procesul-verbal al unui eșec, ci sîntem pe cale să creăm ceva nou. Sîntem în fața unei noi experiențe.

Cucerirea intimității

Acest text ar vrea să fie o meditație asupra provocării pe care o reprezintă, în pragul celui de-al treilea mileniu, intimitatea între bărbat și femeie. Încerc să anticipez dificultățile care urmează. Nu am intenția să ofer formula magică a fericirii conjugale. Nu numai că nu o posed, dar nici nu cred să existe vreuna. În loc să-mi dau osteneala să inventez sisteme care ar ușura aventura, încerc să desprind sensul dificultăților. Intenția mea este să pun în evidență anumite condiționări pe care, cunoscîndu-le, sper să le putem depăși.

În chip de preambul, cartea situează criza ce zguduie cuplurile contemporane în contextul unei destabilizări a patriarhatului; vom lămuri apoi cîteva noțiuni teoretice folosite în continuare, cum ar fi formarea eului și a complexelor parentale, prețuirea de sine etc.

În primele două părți ale cărții, vom analiza relațiile tată-fiică și mamă-fiu pentru că ele condiționează direct dinamica dintre sexe. Într-adevăr, carențele trecutului explică în bună parte impasurile prezentului. În aceste capitole vom arăta cum neglijența tatălui duce la apariția « femeii care iubește prea mult », iar excesul de solicitudine maternă duce la apariția « bărbatului care se teme să iubească ». Tot aici vom vorbi despre conflictul interior pe care trebuie să și-l asume « fata cuminte » și « băiatul cuminte » în încercarea lor de a-și regăsi, ea – simțul inițiativei, el – capacitatea de a iubi.

În partea a treia, ajungem la relațiile de cuplu. Capitolul intitulat « Iubirea în impas » vorbește despre dificultățile cuplului atunci cînd acesta se împotmolește în repetiții. Aflăm de ce bărbații suferă de ceea ce, cu un

strop de umor, putem numi « sindromul funiei de gît », iar femeile de « sindromul lasoului ». Capitolul următor, « Iubirea în sărbătoare », vorbește despre actuala miză a intimității și încearcă să ofere soluții pentru ieșirea din criză. Se pun întrebări și se propun atitudini ce pot înlesni crearea unui cuplu viabil.

Cartea se încheie cu chestiunea « Intimității cu sine », căci noua miză în contextul contemporan îmi pare a fi următoarea: cum ar putea exista intimitate cu altul dacă nu există intimitate cu sine? Relația de cuplu pare să fie nu numai o generoasă ocazie de autocunoaștere, dar și o punte pentru comuniunea cu celălalt și cu natura.

În aceste pagini vorbesc mai ales despre cuplurile heterosexuale, dar îndrăznesc să sper că se vor regăsi în ele și cuplurile homosexuale, căci viața în doi prezintă uimitoare similarități, indiferent de orientarea sexuală. De asemenea, axele clasice tată–fiică și mamă–fiu pe care le explorez sînt relative. E de la sine înțeles că în jocul iubirii partenera pe care și-o alege un bărbat nu seamănă întotdeauna cu mama sa, ci poate foarte bine să aibă trăsăturile caracteristice ale tatălui.

Gîndirea psihologică nu e o dogmă. Nu pretind că posed adevărul absolut. Pentru mine, adevărul este ceea ce funcționează în realitatea unei vieți. Indienii *pueblo* se declarau fii și fiice ale soarelui, căruia îi consacrau un cult zilnic. Ei credeau că dacă și-ar neglija practicile religioase soarele ar refuza să răsară. Această credință dădea un sens existenței lor și le îngăduia să trăiască în strînsă comuniune cu natura. Dacă și-ar fi pierdut-o, s-ar fi îmbolnăvit. Era un adevăr psihologic adaptat realității lor, în contextul epocii, dar care astăzi n-ar mai funcționa. Orice om are nevoie de un asemenea principiu sau mit director pentru a da un sens vieții sale. Important nu e ca această idee sau viziune a lumii să fie obiectivă sau verificabilă, ci ca ea să genereze în fiecare

zi entuziasmul necesar pentru a merge înainte pe drumul vieții.
Un asemenea adevăr caut, un adevăr psihologic care să ne permită să privim dinamica cuplurilor dintr-o perspectivă nouă, un adevăr care să confere un sens nou obstacolelor apărute în cale și care să ne dea pofta să trăim și să iubim mai departe. Folosiți așadar această carte ca pe un instrument de cercetare. Folosiți partea care vă privește, care trezește ecouri în voi, și lăsați restul deoparte.

Iubirea în război

Bărbat și femeie pe canapea

Ea. Abia s-a întors de la slujbă și s-a lungit pe canapeaua din salon, obosit dar fericit. S-a descălțat, iar acum cască și se întinde. În seara asta are multe de povestit. Continuă să vorbească chiar și cînd pleci spre bucătărie, după pahare. Poartă cămașa care-ți place ție, de altfel tu i-ai ales-o. Îi dă un aer ștrengăresc, îi îmblînzește cumva gravitatea lui obișnuită. Îți plac asemenea momente, cînd – și sub efectul oboselii – se lasă prins în jocul conversației. Ceea ce povestește nu-i prea interesant, dar cel puțin îți vorbește. Comunică...
El vorbește, iar tu te apropii de canapea. Îți vine să-l săruți, așa, fără motiv, ca să sărbătorești momentul. De data asta vei lua tu inițiativa mîngîierilor în loc să aștepți, ca-ntotdeauna, s-o facă el (lucru de care, de altfel, se plînge amarnic). Te apropii așadar de canapea, lascivă și senzuală.
Te privește cu coada ochiului și îți surîde, ia paharele și le pune pe masă. La primul tău sărut răspunde cu o plăcere evidentă, dar, cu cît insiști, cu atît plăcerea se strică. Îi ghicești indispoziția. Îi simți crisparea din trup,

un fel de refuz de a trece la fapte. Continuă să surîdă, dar chipul i s-a împietrit. Nu mai vorbește și își ia paharul cu vin.
E clar, nu se simte în largul lui, iar tu nu mai pricepi nimic. Sau mai curînd pricepi, dar ceea ce începi să înțelegi nu-ți place. Într-adevăr, cînd inițiativa îți aparține, lucrurile nu merg prea departe. Nu e momentul potrivit, niciodată nu e momentul. O să spună pesemne că-l doare capul! Ai zice că-i un băiețel care se teme de maică-sa. Dar tocmai asta e, tu nu ești maică-sa, nu ai nimic de-a face cu maică-sa. Nu mai ai decît o dorință: să-i returnezi scumpetea de fecior într-un pachet cu fundulință, cu o etichetă pe care să scrie: *Marfă stricată*.

El. Ea s-a întors de la slujbă înaintea ta, iar mirosul ei umple deja toată casa. Mirosul ei și lumina soarelui, care la această oră a zilei inundă odăile. Te întreabă dacă vrei vin și tu îi răspunzi *de ce nu?* Îți place cînd te servește, cînd e bine dispusă și plină de atenții. În asemenea clipe te simți răsfățat, norocos, și ți se pare că viața e frumoasă.
În timp ce ea se duce la bucătărie, îi spui tot felul de fleacuri ca s-o faci să rîdă, știi că-i place să te audă vorbind. Vorbești, și deodată ai chef să faci dragoste cu ea. A, ce bine-ar fi dacă ar face ea primul pas, dacă ar lua inițiativa, ceea ce nu se întîmplă aproape niciodată! Ai ronțăi-o toată! Dar iat-o că vine, că ți se oferă, fantasmă devenită realitate. Totuși ceva nu merge... Înfocarea cu care-și joacă rolul... Atîta pasiune te deranjează. Parcă însăși viața ei ar depinde de asta. Parcă nevoia ei de afecțiune ar fi atît de mare, încît nici un bărbat nu va putea s-o satisfacă vreodată.
Și-a pus paharul pe masă și se strînge la pieptul tău, sărutîndu-te. Acuma vrea să te audă că-i spui *te iubesc*. A, nu! O ia de la capăt. Tot timpul vrea să-i spui *te iubesc*. Ar trebui să înregistrezi o casetă, s-o asculte cît

e ziua de lungă. Situația asta începe să te calce pe nervi. De unde-i vine această nevoie de afecțiune ca un hău, atît de adînc că nu îndrăznești să te apropii de teamă să nu te înghită ? « N-am avut tătic ! », îți răspunde ea de fiecare dată. Chiar așa ! « N-am avut tătic ! » De parcă tu ai fi avut...
După al patrulea sărut, îți iei din nou paharul. Speri că indispoziția ta va trece neobservată, dar, cu intuiția ei, slabe speranțe. Nu-ți rămîne decît să verși niște vin pe covor. Sau nu, mai bine mergi la baie, ca să ai puțin timp să-ți revii.

Ea. Poftim, iar o șterge ! Numai că de data asta n-o să alergi după el. Te-ai săturat. Te-ai săturat de indiferența lui de bărbat. Te-ai săturat să fii o fată de treabă. Te-ai săturat să-i fii bucătăreasă și să-i satisfaci fanteziile în pat în schimbul unei afecțiuni ce nu mai vine. Te cuprinde furia, însă preferi să taci : ceea ce-ți vine să-i spui ți se pare prea grosolan, prea dur. Acum cinci minute voiai să-l săruți, acum vrei să-i trîntești în față tot ce-ți amărăște sufletul. Numai de-ar ieși odată din baie...

El. În baie, îți pare rău că nu te-ai stăpînit. În fond, s-a purtat așa ca să-ți facă plăcere. Dacă ai răspunde măcar o dată la inițiativa ei... Dacă i-ai dărui afecțiunea pe care-o dorește... Ai pune capăt micului război pe care-l purtați de cîteva zile. Te întorci în salon plin de bune intenții.
O regăsești distantă, rece, dură, ghemuită la celălalt capăt al canapelei. Bunele tale intenții s-au risipit pe loc. « Dacă vrea război, o să aibă război », te gîndești. N-o să te lași dus de nas ! De altfel, ai sentimentul că, după ce-a început să meargă la ședințe de psihoterapie și să se afirme, problemele n-au făcut decît să se agraveze. Nu mai cedează deloc.
Cînd ea își începe una din veșnicele tirade despre cuplu și despre iubire, sîngele ți se urcă la cap. Bei o înghiți-

tură de vin ca să te liniștești, dar vinul are gust de oțet. Oțet, bineînțeles, oțet! Într-o străfulgerare, ai înțeles esențialul. Femeia asta e o acritură! Tot ce atinge ea are gust de oțet. Încă o seară stricată. Mai ai o singură dorință: să pleci. Vrei s-o întrerupi ca să i-o spui, dar ea îți ia vorba din gură: « Știu că iar vrei să pleci. Mă crezi sonată sau ce, îți stau în cale?... Chiar îți închipui că altele sînt mai breze ca mine? Crezi c-o să găsești femeia ideală? Dar tu te-ai uitat cum arăți? »

Povara unui vis

Gata, a început din nou! Ploaia de reproșuri și acuzații s-a pornit iarăși. Tonul va urca. Urmează uși trîntite, plecări și reveniri, strigăte, lacrimi, amărăciune de amîndouă părțile, regrete, un sărut timid și, cu puțin noroc, totul se termină în pat. Iar peste cîteva zile o luați de la capăt.

Știu, credeați că asemenea lucruri vi se întîmplă doar vouă... Regret că vă dezamăgesc, dar li se-ntîmplă tuturor. Sigur, puteți aduce o notă personală. Uneori în scenă sînt doi bărbați, alteori două femei. Adesea, cea care-și respinge partenerul este ea. Cîteodată, se ajunge pînă la bătaie... Însă în general scenariul nu variază prea mult, astfel încît uneori ai impresia că relațiile de cuplu ale ființelor umane urmează un program prestabilit.

Ea spune că e pregătită și caută un bărbat capabil să se angajeze din tot sufletul. Vrea să primească de la *El* ceea ce tăticul n-a putut să-i dea. Pe el însă, povara unei asemenea pretenții îl înspăimîntă. Cu atît mai mult cu cît habar nu are ce e intimitatea, cu altul sau cu sine. Știe ce este puterea, gloria, mecanica, ideile. Însă în ce privește sentimentele, e pe teren necunoscut. Îi lipsește ingredientul esențial din rețeta iubirii, ingredient pe care *Ea* pretinde că-l posedă. Dintr-o dată, el se simte un nimeni pe teren afectiv.

El se simte vinovat că nu corespunde visului pe care ea încearcă să și-l împlinească de mult și pentru care el nu poate fi decît nepotrivit. *Ea* este nefericită că nu poate să-l facă fericit, deși își dă toată silința să-l ajute să devină prințul din poveste, dintotdeauna așteptat. *El* se simte dominat, manipulat, silit să fie altceva decît este. Aceeași panică o trăia în fața mamei sale. Și ea voia să facă din el prințișorul ei. Același vis, aceeași dominație pe care *Ea* o exercită asupra lui fără măcar să-și dea seama.

Fiecare din gesturile lor trădează ceea ce așteaptă unul de la celălalt, dar se dezamăgesc reciproc. Continuă totuși jocul din cruzime, ca să vadă în ce măsură celălalt va renunța la visul lui. Continuă din neputință. După ce se vor amăgi destul, după ce se vor chinui destul, se vor despărți, dezgustați. *Ea* va spune că s-a lăsat din nou înșelată. *El*, că s-a lăsat prins în capcană – din nou. Și amîndoi vor suferi că n-au reușit. Ce altceva decît o criză fundamentală ne-ar putea permite să înnoim acest cadril al suspinelor, cu un tipic fixat de secole ?

Cuplul a devenit un cîmp de bătălie

Destabilizarea patriarhatului. *El* și *Ea* sînt în criză, la fel ca atîtea cupluri contemporane. Însă războiul pe care-l poartă a început cu mult înainte de ei. La originea acestui război se află, în mare măsură, însăși organizarea puterii în ceea ce s-a numit patriarhat, adică o societate în care legea Tatălui și valorile masculine predomină.
În cuplul tradițional, pacea domestică se sprijinea cel mai adesea pe sacrificiul femeii în avantajul soțului ei. Partenerii se uneau pentru a forma « cuplul bărbatului », ascultînd de legile societății patriarhale. Era de la sine înțeles că femeia trebuia să-și înăbușe individualitatea, adică gusturile, ambițiile și creativitatea, pentru a naște și a crește copii. Din momentul în care suficient

de multe femei au început să refuze această stare de fapt, cuplul avea să intre inevitabil în criză, căci nu există un model istoric care să ne învețe să trăim în doi, rămînînd totodată, fiecare, o persoană completă și autonomă.

Patriarhatul este un sistem de idei care modelează identitățile psihologice și sociale ale bărbaților și femeilor. Iar locul rezervat femeilor în acest sistem e unul subordonat bărbatului. Patriarhatul are la bază prejudecata că ceea ce produc și gîndesc bărbații este mai important decît ceea ce fac, gîndesc și simt femeile. Consecința a fost o devalorizare a tot ce este feminin, sentimental și domestic. Iată de ce structura patriarhală a fost contestată atunci cînd femeile au început să afirme că sînt și ele ființe umane cu drepturi egale. Am putea spune, ca sociologul Edgar Morin, că « femeile sînt agenții secreți ai modernității », căci contestarea patriarhatului și destabilizarea lui progresivă urmează etapele marșului lor spre autonomie.

Cum era de așteptat, această contestare a marcat profund și domeniul relațiilor amoroase. Cuplul modern a devenit cîmpul de luptă prin excelență împotriva patriarhatului, pur și simplu pentru că pune față în față cele două culturi opuse: cultura masculină și cultura feminină, în fricțiunea intensă a vieții cotidiene. În consecință, soarta culturii patriarhale e pe cale să se decidă în intimitatea bucătăriilor și a dormitoarelor, acolo unde relațiile sînt mai relaxate decît la locul de muncă sau în arena politică.

Patriarhatul există în fiecare dintre noi. Patriarhatul nu le-a oprimat doar pe femei: le-a înstrăinat și bărbaților o bună parte din ei înșiși, propunîndu-le un prototip de mascul eroic și dur, care nu spune ceea ce simte. Iată de ce multe femei cred că bărbații nu sînt capabili de nici un sentiment și că în materie de organizare familială și educație a copiilor competența lor este nulă. Ceea ce

reprezintă inversul prejudecății masculine, care susține că femeile nu sînt în stare să gîndească. Mai mult, trebuie să constatăm că numeroase femei se prind și ele în jocul durității, încercînd să-și facă loc în lumea bărbaților. Pentru ele, ca și pentru ei, teribila lege a lumii patriarhale rămîne aceeași: renunță la emoții și sentimente dacă vrei să supraviețuiești!

Cuplul riscă să rămînă o imposibilitate atîta timp cît un asemenea spirit domnește peste societatea noastră. Masculinitatea patriarhală se construiește prin amputarea sufletului și a trupului. Ea se întemeiază pe reprimarea sensibilității și a senzualității și pe blocarea exprimării spontane a sentimentelor. Drept leac universal, propune domnia unei rațiuni abstracte, care-și impune legea tuturor celorlalte registre ale ființei. Participarea noastră, bărbați și femei, la acest mit colectiv ne îndepărtează tot mai mult de viață și de orice șansă de intimitate cu lumea și ființele care ne înconjoară.

Căci patriarhatul înseamnă mai mult decît o organizare a puterii sociale și politice. El nu există în abstract și independent de noi. Există în primul rînd *în noi*. Patriarhatul ne-a cufundat într-o cumplită separare ce constituie o rană lăuntrică pentru orice bărbat și orice femeie. Iată de ce crearea unei intimități reale între bărbați și femei, în egalitate și complementaritate, e singurul leac pentru bolile noastre.

Către o nouă intimitate. Intimitatea dintre bărbați și femei n-a fost niciodată prea mare. Ei se căsătoresc din dragoste de puțin timp; de și mai puțin timp încearcă să rămînă împreună din dragoste. Bunicii și străbunicii noștri s-au căsătorit pentru a întemeia o familie, dar și, adesea, pentru a supraviețui din punct de vedere economic, pentru a-și îmbunătăți statutul social, pentru a păstra sau spori un patrimoniu străvechi. De multe ori, rămîneau împreună doar pentru a nu fi blamați de Biserică sau de vecini. Intimitatea – nici între ei și nici,

de altfel, cu copiii lor – nu era trecută pe lista obligațiilor conjugale.

Pentru generațiile de altădată, rolurile de tată și de mamă, de bărbat și de femeie erau prestabilite. Astăzi repunem totul în discuție. Rolurile de mamă și de tată nu ni se mai par atît de evidente. Ne întrebăm chiar ce e un bărbat sau o femeie, ce este heterosexualitatea sau homosexualitatea. Criza e fără precedent și ne oferă o extraordinară șansă de înnoire. Patriarhatul a creat o structură a identității masculine și feminine care face cuplul aproape imposibil, dar noua aventură incită și stimulează. Acum, cînd ambele sexe au ajuns să-și revendice autonomia, e sigur că noua miză a intimității nu mai implică sacrificarea unuia în avantajul celuilalt, ci se pune în termenii următori: să fie uniți continuînd să fie doi indivizi diferiți, să fie diferiți fără a înceta să fie uniți.



Te naști bărbat sau femeie

Formarea eului • Formarea complexelor • Iubirea de sine • Identitate și diferență sexuală • Animus și anima

CAPITOLUL 1

Noțiunea de identitate



Respirația fundamentală a ființei

Cum să fim uniți continuînd să fim două entități separate? Cum să fim doi fără a înceta să fim uniți? Iată întrebările fundamentale, nu doar în ce privește cuplul, dar și în ce privește viața psihologică a individului. Sînt întrebările ce stau la baza acestei cărți; pentru a răspunde, avem nevoie de cîteva repere teoretice. Vom clarifica deci cîteva noțiuni fundamentale, precum formarea eului și a complexelor, rădăcinile prețuirii de sine, identitatea sexuală și arhetipurile *animus* și *anima*. Dar mai întîi vom vorbi despre respirația fundamentală a ființei, care servește de suport identității.

Într-adevăr, de la început, identitatea noastră are o dublă tendință: să ne apropiem de ceilalți pentru a găsi iubirea, să ne îndepărtăm de ei pentru a ne afirma diferența. În tendința de apropiere căutăm o apartenență;

în tendința de îndepărtare, încercăm să ne explorăm individualitatea. Felul în care integrăm această dublă tendință nu e străină de ceea ce se va petrece mai apoi în viața noastră de cuplu. Ea este chiar determinantă, căci totul se desfășoară între acești doi poli de fuziune și de separare.

La începutul vieții, totul e Unul pentru copil. Trăiește în simbioză totală cu tot ce-l înconjoară, la fel cum trăia în pîntecul mamei sale. Nașterea este primul șoc ce vine să-i stimuleze conștiința individuală în marele tot. Dar nu e decît o primă tatonare, nimic nu s-a cristalizat încă. Timp de mai multe luni, copilul va continua să trăiască senzația că e una cu tot ce-l înconjoară, fără sentimentul de separare. Pe mamă o simte ca pe o parte din el însuși; sau se percepe vag pe sine ca o prelungire a sînului matern.[2]

O dată cu micile frustrări repetate, precum întîrzierea biberonului sau lipsa de răspuns la plînsetele sale, copilul va deveni din ce în ce mai conștient de individualitatea lui, separată de a celorlalți. Pornind de la asemenea șocuri care-l duc înspre sine, conștiința existenței sale capătă formă. Fără această fricțiune dintre sine și ceilalți nu ar exista viață subiectivă, adică viață conștientă de ea însăși. Să notăm totuși că nu frustrarea propriu-zisă creează conștiința de sine, ci mai curînd o revelează: îi dezvăluie copilului faptul că există. Conștiința de sine e deci produsul unei contracții, al unei retrageri în sine, ca reacție la impactul mediului exterior.

Dar această retragere se face în vederea unei desfășurări a ființei în cîmpul universal. Căci individul are drept funcție să-și transforme reacțiile primare în noi producții care, la rîndul lor, vor fi lansate în univers. Iată de ce putem vorbi despre formidabilul potențial creator al individului uman. Astfel, circuitul vieții e stabilit: acțiune, reacțiune, transformare, acțiune. Copilul își transformă senzația de foame în plînsete, plînsetele

acționează asupra părinților care-și transformă reacția de bunăvoință față de copil în acțiunea de a-l hrăni.
Tensiunea dintre sine și univers, dintre sine și ceilalți alimentează viața psihologică a individului. Ea determină respirația fundamentală a ființei. Pentru a asigura echilibrul persoanei, această tensiune trebuie acceptată, căci ea permite mișcarea și schimbarea. Ea ne permite mai ales să devenim noi înșine, adică să ne căpătăm identitatea umană proprie. La început identitatea noastră este legată de alte identități, invadată de elemente de care trebuie să se diferențieze treptat ca să capete formă.
Dacă această tensiune de bază ce împinge ființele să iasă din magma originară pentru a deveni ele însele n-ar exista, am rămîne prinși în această magmă, fără conștiința existenței noastre proprii și independente. Mugurul n-ar putea deveni frunză.

Formarea eului[3]

Pe măsură ce copilul crește, conștiința de sine i se stabilizează; la fel și impresia de continuitate în timp. Vom spune că, puțin cîte puțin, eul copilului se cristalizează. Își vede chipul într-o oglindă și se recunoaște. Se bucură de propria-i prezență ca un Narcis îndrăgostit de imaginea sa. E faimosul *stadiu al oglinzii* elaborat de psihanalistul Jacques Lacan. De-acum înainte, eul ocupă centrul cîmpului conștiinței, iar nașterea lui permite adevărata naștere psihologică a subiectului: o ființă care poate vorbi de experiența ei subiectivă și care poate spune *eu* referindu-se la sine. Această fascinație față de propria imagine constituie ceea ce psihanaliza numește *narcisism*. Copilul este în chip natural narcisist, adică centrat pe el însuși. Faza narcisistă, absolut necesară, e rădăcina dragostei de sine despre care vom vorbi în amănunt mai departe.
În continuare, eul copilului se va consolida, permițînd personalității sale să se manifeste din ce în ce mai conștient. Legat de mamă, legat de tată, identificat cu valo-

rile părinților la început, el se va distinge progresiv de dorințele lor, apoi de cele ale mediului familial, datorită școlii. Această distanțare îi va permite să se diferențieze de familie și să cunoască alte valori, de care va trebui să se distanțeze din nou pentru a-și urma evoluția. Același mecanism va funcționa mai tîrziu pentru identitatea conferită de exercitarea unei meserii sau a unei profesii, care la rîndul ei riscă să sufoce ființa și să înăbușe originalitatea eului. La fel se vor petrece lucrurile în fiecare nouă etapă, individul încercînd să se adapteze și în același timp să rămînă el însuși în hățișul relațiilor umane.

Trebuie totuși precizat că fără ceilalți și, am putea spune, fără dragoste, eul nu s-ar putea dezvolta. De-a lungul întregii vieți, individualitatea noastră are nevoie de ceilalți pentru a se recunoaște, forma, dezvolta, pentru a se identifica și diferenția. Mai mult, relațiile noastre cu ceilalți trezesc în noi emoții pe care trebuie să le transformăm și să le exprimăm în exterior. Am putea spune că raporturile cu ceilalți ne țin în viață și ne stimulează creativitatea, indiferent că sînt raporturi negative sau pozitive. *Celălalt* ne permite în fond să devenim noi înșine.

A deveni tu însuți

Constatăm totuși că mulți oameni își inhibă dezvoltarea personalității și își înăbușă originalitatea de teamă să nu displacă celorlalți. E clar că orice om e tentat să se oprească la o etapă și să nu mai evolueze. Există persoane care nu se eliberează niciodată de sub tutela familiei sau de imaginea lor profesională. Rămîn membri anonimi ai unui clan, ai unui cuplu sau ai unei profesii. Acest lucru le conferă securitate, dar originalitatea lor profundă suferă și își va cere drepturile inevitabil, sub formă de maladie psihică sau fizică.

A ne elabora personalitatea și a deveni noi înșine e mai mult decît o datorie psihologică, este o nevoie funda-

mentală pe care nu o putem ignora fără a plăti scump. Mai ales că satisfacerea acestei nevoi ne dă sentimentul împlinirii. Prin ea cunoaștem totodată senzația intimă că ne-am găsit locul în univers, că am găsit sensul vieții. Această nevoie inalienabilă de a deveni noi înșine, această adevărată aspirație la autonomie constituie ceea ce psihanalistul elvețian C. G. Jung numește *proces de individuație*.

Potrivit lui Jung, procesul de individuație îl împinge pe om să devină cît mai el însuși, fiind totodată neîndoielnic legat de tot ce-l înconjoară. Etapele prin care trece sînt următoarele: mai întîi trebuie să devină treptat independent de părinți și de complexele ce s-au format în relația sa cu ei; în a doua etapă, devine tot mai competent în relațiile cu ceilalți; în a treia etapă, devine din ce în ce mai mult ceea ce simte că este; în a patra etapă, devine mai *întreg*, adică în același timp centrat pe el însuși și unit cu însuși procesul vieții sub toate aspectele sale. În timpul ultimei etape a procesului de individuație, paradoxul fuziunii și separării dispare, pentru că atunci cînd eul intră în relație cu nivelul cel mai profund al ființei, *sinele*, nu mai există sciziune între tine însuți și celălalt. Eul este atunci sine în chipul cel mai original și se află în comuniune cu tot ce există. Acesta e misterul identității noastre. Sîntem în același timp personalitate și comunitate, individualitate și universalitate. Dar pînă să ajungem aici e cale lungă. A rămîne tu însuți în compania altuia și a te simți însoțit rămînînd singur – iată jaloanele paradoxale ale vieții noastre. Această inevitabilă fricțiune dintre individualitate și universalitate e însăși esența creativității. Ea produce energia vitală a ființei.

Formarea complexelor

Eliberarea de complexele parentale pare una dintre sarcinile cele mai dificile ale procesului de individuație. Aceste complexe îi împiedică adesea pe oameni să-și

afirme individualitatea profundă. Tot ele ne pun bețe-n roate în viața de cuplu. Este deci important să consacrăm cîteva rînduri formării complexelor în general și formării complexelor parentale în particular.

Complexele[4] sînt o interiorizare a dinamicilor pe care le-am trăit în copilărie cu cei din jurul nostru. Ele se formează de obicei în raport cu evenimente avînd o încărcătură emoțională puternică și își fac loc în noi pentru multă vreme. Devin adevărate voci interioare, ce ne împing să repetăm aceleași scheme de bază și pot să ne închidă uneori în modele de comportament negative.

Totuși complexele nu sînt negative în sine, cum se subînțelege în limbajul comun cînd vorbim, bunăoară, de un complex de inferioritate. Ele sînt mai curînd cărămizile psihismului nostru, constituit din totalitatea reacțiilor noastre mentale și sentimentale. Fiecare complex are propria lui atmosferă, e colorat de o anume tonalitate afectivă, întemeiată pe un eveniment cu caracter emoțional. Emoția respectivă acționează ca un magnet care atrage evenimentele, gîndurile și fantasmele cu același conținut afectiv. Aceste elemente se amestecă unele cu celelalte în inconștient și se organizează în lanțuri asociative. E ceea ce l-a făcut pe Freud să afirme că, pornind de la orice reprezentare mentală, se poate ajunge la complexul care a generat-o. De altfel, Freud și-a întemeiat metoda de explorare a profunzimilor psihicului pe această descoperire și i-a dat numele de *asociație liberă*.

Ca să vă faceți o idee, concentrați-vă asupra cuvîntului *dezgust*, lăsați-l să răsune înlăuntrul vostru: puțin cîte puțin, veți vedea urcînd la suprafață elementele și experiențele care, în copilărie, v-au provocat acest sentiment. Dacă mă gîndesc la acest cuvînt, în minte îmi apar imagini de șobolani și de lăzi de gunoi. Mă gîndesc la casa invadată de șoareci și de năpîrci pe care am închiriat-o la țară acum cîțiva ani. Mă gîndesc la prie-

tenii din copilărie care mîncau viermi ș.a.m.d. Putem face același exercițiu cu *bucurie*, cu *vacanță* sau cu oricare alt cuvînt.
Vom deveni atunci conștienți că anumite cuvinte au o încărcătură mai mare decît altele, că provoacă mai multe emoții. Ele ne evocă experiențe la care nu ne place sau nu vrem să ne gîndim. Această tensiune e semnul a ceea ce în psihanaliză s-a numit *rezistență*, căci eul refuză să se gîndească la lucrurile neplăcute (sau prea plăcute): respinge anumite gînduri și anumite trăiri, le *refulează* în inconștient. Proasta reputație a complexelor vine de fapt de la aceste complexe negative, pe care dorim să le evităm. Cînd complexele sînt pozitive, nici măcar nu le remarcăm. Ele contribuie pur și simplu la armonia generală a vieții noastre și joacă rolul de intermediar între interior și exterior.

Complexele parentale. Aceste observații sînt valabile și în ce privește formarea complexelor parentale. Complexul patern și cel matern se numără printre cele mai puternice complexe ale psihicului nostru. Și ele au tonalitatea lor afectivă specială, după cum experiența pe care am avut-o cu tatăl sau cu mama a fost bună, acceptabilă sau foarte rea. Reprezintă un fel de rezumat al relațiilor noastre cu părinții. E important să înțelegem însă că aceste complexe ne aparțin exclusiv, că sînt memoria relației noastre cu ei. Ele nu spun nimic obiectiv despre părinții noștri.
Complexul matern nu o privește doar pe mamă, ci rezumă întreaga noastră experiență legată de figurile materne. Multe din evenimentele care-l formează au putut fi trăite în relația cu o bunică, cu o mătușă sau chiar cu o doică, dacă aceste persoane au jucat un rol semnificativ în viața noastră. Exact la fel stau lucrurile și în ce privește complexul patern, care sintetizează întreaga experiență pe care am avut-o cu figuri paterne.

Am consultat o femeie ai cărei părinți, în timpul războiului, ca s-o pună la adăpost, au lăsat-o în mai multe rînduri la un cămin de copii. A venit la consult pentru că se temea permanent să nu fie abandonată. Vocile ei interioare, în loc s-o susțină, o judecau sever. Avea puțină încredere în sine și se simțea persecutată. Complexele ei parentale aveau un conținut extrem de negativ, făcînd-o să creadă că nu e bună de nimic și că n-are rost să încerce să găsească vreo soluție. Asta deși părinții ei erau mai curînd corecți. Dar experiența abandonului la vîrstă mică, cînd un copil depinde atît de mult de atenția părinților pentru a trăi, lăsase în ea o urmă greu de șters.

La fel ca toate complexele, cele parentale pot fi pozitive sau negative. O copilărie fără incidente majore, în care un copil s-a simțit ocrotit și iubit, va genera complexe parentale pozitive. Ele vor sprijini formarea eului și îi vor da individului încrederea necesară pentru a păși în viață. Deoarece permit o dezvoltare generală armonioasă, nu vor face niciodată obiectul unei psihoterapii. Chiar dacă o persoană a trăit în copilărie experiențe negative cu figurile parentale, această situație poate fi în parte remediată dacă ea are șansa de a intra în contact cu figuri parentale pozitive.

Să ținem minte, așadar, că aceste complexe nu sînt lucruri moarte. Psihismul nu e un muzeu. El are forța unui ocean care-și agită neîncetat conținutul. Complexele sînt peștii care-l populează. Uneori sînt blînzi, alteori înfricoșători. Complexele sînt vii, fapt care permite evoluția personală. Se pot modifica, iar relația conștientă cu ele le face să-și piardă derutanta autonomie.

Eul este și el un complex. Poate veți fi surprinși să aflați că pentru psihanaliză și psihologie eul este, și el, un complex. Eul reprezintă personalitatea noastră conștientă, felul în care ne cunoaștem pe noi înșine. Emoția centrală care-l constituie e tocmai această impresie de

identitate și de durată în timp. Eul dispune de o doză de energie pe care o poate folosi după bunul său plac cu ajutorul voinței.

Dacă eul ocupă un loc central și definește personalitatea conștientă, putem considera că celelalte complexe sînt subpersonalități de care eul este mai mult sau mai puțin legat. Fiecare din acești *alter ego* își are propria memorie și o anume doză de autonomie. Lucrul acesta e foarte evident la oamenii care suferă de sindromul personalității multiple sau schizofrenie. Fragmente de caracter relativ structurate irump subit în cîmpul conștiinței și vin să ia locul eului obișnuit. Persoana își schimbă atunci complet personalitatea. Ea nu spune: « În dimineața asta mă simt ca Iuliu Cezar! », ci declară: « Sînt Iuliu Cezar! », și o crede. Dacă eul n-ar fi un complex, la fel ca celelalte elemente mai puțin conștiente ale personalității, asemenea răsturnări nu ar fi posibile. De altfel, dacă cineva ne supără în asemenea hal încît ne scoate efectiv din fire, adică afară din eul nostru obișnuit, vom vedea că nu e nevoie să fim schizofrenici ca să căpătăm o personalitate total diferită și o nebănuită energie!

Pentru Jung, formarea eului și a complexelor dezvăluie structurile inerente ale psihicului. El a dat numele de *arhetipuri* acestor structuri impersonale, comune întregii umanități. Asta înseamnă că psihicul uman are tendința de a se forma în același fel, întotdeauna, la toți oamenii și în toate culturile. Arhetipul mamei îl face pe copil să dezvolte un complex matern, ca și cum ar fi programat dinainte să recunoască în mediul său imediat tot ce e de natură maternă. În concluzie, arhetipul este o predispoziție care se activează, se umanizează și se personalizează în funcție de experiența concretă. Totuși, complexul ce se formează ca reacție la trăirea personală nu actualizează decît o parte din cîmpul arhetipal. În cazul arhetipului mamei, de pildă, el conține extreme ce merg de la mama teribilă și acaparatoare pînă la

mama ocrotitoare și binevoitoare. E ceea ce, de altfel, permite speranța terapeutică; pe scurt, e vorba de a trezi partea adormită a arhetipului.

Proiectăm în ceilalți părți din noi înșine. Complexele sînt în general inconștiente – și adesea rămîn astfel pentru că noi le *proiectăm*[5] în afara noastră. *Proiecția* este unul din mecanismele de apărare folosite de eul conștient pentru a se apăra de anumite afecte ce riscă să-l perturbeze dacă urcă din inconștient. Eul conștient se debarasează de aceste componente ale *umbrei*[6], adesea refulate, atribuindu-le, ca să spunem așa, altor persoane. El trimite asupra lor aceste aspecte, ca pe niște proiectile. Ajungem astfel să-i blamăm pe alții pentru tare proprii ce pur și simplu ne rămîn inconștiente. Iritarea e în general semnul că o parte a noastră a fost proiectată asupra altcuiva. Iată de ce, întotdeauna, *ceilalți* sînt vinovați și au toate defectele posibile.
Acest mecanism funcționează din plin în relațiile de cuplu, mai ales că e stimulat de fricțiunea intensă din viața de zi cu zi. Dar, totodată, cuplul poate deveni locul privilegiat al unui travaliu de autocunoaștere din momentul în care admitem că tot ce ne irită la celălalt poate fi o parte necunoscută din noi înșine. Așa-numita *retragere a proiecțiilor* ne permite să înțelegem că trăirile noastre exterioare reflectă o dinamică interioară orchestrată de complexe. Procesul de individuație cere astfel un permanent efort de conștientizare a forțelor active din inconștient.

Iubirea de sine

Amorul-propriu este un factor de echilibru psihologic

Să explorăm acum unul dintre polii identității noastre, anume iubirea de sine. O dimensiune fundamentală a identității noastre și o cheie a dezvoltării ei rezidă în iubirea pe care ne-o dăruim nouă înșine. Prețuirea de sine e de altminteri un factor determinant în relațiile noastre afective. Atribuindu-ne mai multă valoare, putem evita să cădem în relații de dependență în care cerșim atenția celorlalți pentru a avea dreptul de a exista. În contextul general al cercetării noastre, este important să înțelegem că iubirea de sine și iubirea pentru celălalt sînt strîns legate una de alta. Oamenii care iubesc atît de mult încît se distrug nu se iubesc destul pe ei înșiși. Ei au uitat a doua parte a preceptului creștin: « Iubește-ți aproapele *ca pe tine însuți.* »

O identitate sănătoasă se bazează pe o prețuire de sine sănătoasă. Încrederea în noi înșine, valoarea pe care ne-o atribuim – iată cheia problemei. Iubirea de sine ne permite să fim noi înșine fără a aștepta aprobarea celorlalți, să căutăm și să experimentăm ceea ce ne atrage și ne face plăcere fără judecăți de valoare. Pe scurt, ne îngăduie să existăm, să respirăm liber și să ocupăm locul de care avem nevoie pentru a evolua, respectînd totodată locul celorlalți. Atîta timp cît nu ne prețuim suficient, nu vom căuta ceea ce ne trebuie cu adevărat pentru a evolua în mod pozitiv și a ne dezvolta potențialul. Pur și simplu credem că nu merităm ceea ce viața oferă mai bun. Unii oameni cred chiar că nu merită să existe sau că viața lor nu merită să fie trăită.

Să nu mai aștepți aprobarea celorlalți pentru a te aprecia pe tine însuți și a aprecia viața este cu siguranță revoluția cea mai profundă care îți poate afecta existența. Să optezi pentru viață, pentru iubire, să celebrezi bucu-

ria de a exista, să devii pe deplin responsabil pentru vitalitatea și fericirea proprie – iată neîndoielnic actele cele mai creatoare pe care le poate săvîrși un individ. Nu sînt însă lucruri ușor de realizat. Cei mai mulți dintre noi continuăm să fim copleșiți de relația nerezolvată cu tatăl și mama, de conflictele inevitabile din viața de cuplu și de vocile negative din noi. În fapt, ca să avem capacitatea de a (ne) iubi, trebuie să simțim că sîntem iubiți. Oglinzile pe care părinții noștri și celelalte figuri parentale ni le-au pus în față prin gesturile și atenția lor sînt elemente esențiale în formarea unei prețuiri de sine sănătoase[7].

Copilul, văzînd admirația, entuziasmul și iubirea din ochii celor din jur, integrează progresiv această oglindă pozitivă și învață să se iubească. Această integrare contribuie la formarea unor complexe parentale pozitive, ce ne susțin în loc să ne submineze. Iubirea de sine îi permite unei ființe să aibă încredere în ea însăși, să nu-și renege acele părți din sine pe care ceilalți nu le apreciază, să înfrunte greutățile și să trăiască viața ca pe o mare aventură. Oglinda internă pozitivă constituie baza unui narcisism sănătos.

Dacă, datorită unor împrejurări ale vieții (o mamă bolnavă, un tată alcoolic, o perioadă de spitalizare la o vîrstă mică), oglinda în care ne-am privit a fost negativă, dacă nu am fost ocrotiți sau dacă părinții ne-au crescut fără plăcere, vom dezvolta o slabă prețuire de sine. În loc să avem încredere în capacitățile noastre, sîntem asaltați permanent de îndoieli. Aceste experiențe dureroase contribuie la formarea complexelor parentale negative, care în loc să ne susțină ne susură în urechi lista neputințelor noastre.

E ca și cum înlăuntrul nostru un ecou răutăcios s-ar tîngui ca în poveste: « Albă-ca-Zăpada e cea mai frumoasă! » Începem atunci să ne simțim rușinați că sîntem ceea ce sîntem și să-i urîm pe cei mai dăruiți decît noi. Rivalizăm cu ei, îi invidiem, încercăm să-i distru-

gem – sau ne agățăm de ei și-i imităm pentru a cîștiga atenția de care credem că se bucură. Intrăm astfel într-un fel de relație de iubire care se poate transforma rapid în ură cînd nu primim aprecierea persoanei alese ca model de perfecțiune sau cînd aceasta, nerecunoscîndu-ne calitățile, ne risipește prea dureros iluziile.

În acest caz narcismul este morbid și, contrar a ceea ce se crede, persoana astfel rănită în amorul-propriu va da impresia că este egocentrică. Explicația e simplă: prețuirea ei de sine este atît de nesigură, încît are nevoie să fie încontinuu susținută prin aprecieri pozitive și complimente. O asemenea persoană nu încetează să pună în centrul universului ceea ce face sau ceea ce este, ca un copil care vrea să fie lăudat cu orice preț. Dacă izbutește să-și învingă reprezentările negative despre sine, efecte ale unor complexe nemiloase, ea își va recăpăta încrederea și acest comportament va dispărea. Pentru a reuși e însă nevoie de o terapie îndelungată, căci răul este profund.

De la atotputernicie la prețuirea de sine

Așa cum am arătat, copilul se naște în lumea unității totale. Mult timp, el va refuza din răsputeri să perceapă realitatea celorlalți, căci aceasta i-ar slăbi fantasmele de atotputernicie. Copiii se nasc regi și se cred buricul pămîntului. Și este foarte important să fie așa. Timp de cîteva luni, nou-născutul trebuie să se simtă centrul vieții care palpită în jurul lui, căci iubirea simțită din primele momente ale existenței îi dă copilului o bază de securitate, bază pe care își poate clădi sentimentul propriei valori.

Totuși, puțin cîte puțin, el trebuie să admită că nu e centrul universului. Își dă seama că părinții au interese diferite de ale lui și că ceilalți nu se mișcă neapărat în funcție de el. Marea întrebare e atunci următoarea: ce să facă părinții ca să-l ajute pe copil să treacă de la atotputernicia lui imaginară la o percepție mai exactă a rea-

lităţii ? Cum să-l ajute să-şi dezvolte o preţuire de sine sănătoasă şi încrederea în puterea lui personală ? Căci valoarea pe care ne-o atribuim e un compromis între nevoile noastre de atotputernicie şi limitele impuse de realitate. Cum să păstrăm sentimentul puterii noastre personale, chiar dacă aceasta e întotdeauna relativă ?
Teoretic, ştim foarte bine: pe de-o parte, părinţii pot limita sentimentul de omnipotenţă al copilului fără a-i leza încrederea în sine recurgînd la mici frustrări pe care el le poate accepta fără să se simtă total respins sau descurajat; pe de altă parte, e bine ca părinţii să renunţe treptat la propria lor atotputernicie de părinţi şi să-i acorde copilului tot mai multă încredere. Ba chiar e de dorit să-şi dezvăluie treptat propria lor condiţie umană, cu slăbiciunile ei. Din păcate, în viaţă lucrurile se petrec rareori aşa cum dorim, ba chiar atît de rar încît, dacă aş fi întrebat care e prima cauză a problemelor psihologice, aş răspunde fără nici o ezitare: lipsa preţuirii de sine. Scenariile cele mai frecvente sînt dezastruoase. Ele duc la apariţia aşa-numitelor probleme « narcisiste ».

Unele persoane care au trăit frustrări prea intense sau chiar traumatizante în prima copilărie, din cauza unor situaţii nefavorabile sau a unor părinţi care nu ştiau să iubească, vor reacţiona încercînd să-şi impună voinţa cu orice preţ, pentru a dovedi că valorează ceva. Ele nu trăiesc în lumea iubirii, ci în lumea puterii. E uimitor de altfel cum nevoia de iubire frustrată se transformă, aproape întotdeauna, în voinţă de putere. Pe terenul cuplului, de pildă, pe măsură ce se stinge iubirea romantică, apar adesea lupte pentru putere. Această lege teribilă pare să funcţioneze atît la micii dictatori domestici, cît şi la cei care tiranizează o ţară. Toţi ascund o dureroasă rană de iubire.

Psihanalistul Alfred Adler şi-a fondat de altminteri întreaga sa teorie socială a instinctului de putere al indivizilor pe ceea ce el numea *inferioritate de organ*[8].

Această inferioritate de organ, reală sau imaginară, stimulează adesea o nevoie de afirmare fără limite. De exemplu, Napoleon a reacționat la statura lui de pitic printr-o ambiție feroce. Voia să cucerească lumea întreagă. De fiecare dată, atotputernicia rănită vorbește prin gesturile noastre și încearcă să-și ia revanșa. Gîndiți-vă la un bărbat convins că are un penis prea mic și care-și compensează handicapul cumpărîndu-și automobile puternice. Este un mod de a-și afișa virilitatea frustrată.

Dacă unii reacționează la traumele copilăriei făcînd pe durii, alții pot să se prăbușească. Atunci cînd mediul în care trăim n-a apreciat sau n-a acceptat o parte a persoanei noastre, cînd remarci umilitoare au subliniat tarele noastre, o malformație fizică sau o deficiență intelectuală, e greu să mai iubim acele părți. Le vom disprețui noi înșine și ne vom teme permanent că vom fi respinși din cauza acestor handicapuri, reale sau imaginare. Se formează atunci un complex de inferioritate, semnul prin excelență al lipsei de prețuire de sine.

Într-adevăr, nu întotdeauna compensăm o inferioritate afirmîndu-ne peste măsură. La fel de bine putem să fim striviți de povara rușinii. Atunci ne închidem în sine, gîndind că nu merităm mai mult decît trista soartă ce ne-a fost hărăzită, spunîndu-ne că oricum viața e suferință și asta e tot ce putem spera pe pămînt. O asemenea resemnare duce la o viață cenușie încheiată uneori cu sinuciderea din ură de sine.

E ceea ce se întîmplă adesea atunci cînd părinții rămîn autoritari și, prin gesturi și comportamente, afirmă că au întotdeauna dreptate. Copiii lor, convinși că sînt lipsiți de valoare, vor încerca să dovedească tuturor că valorează ceva prin comportamente excesive; sau dimpotrivă, se vor refugia în mediocritate și defetism. Ei rămîn astfel în postura de veșnici copii, care caută modele de perfecțiune și se agață de persoanele ce li se par

puternice. Își neagă puterea personală și o cedează celui care va ști s-o folosească.
Așa apare fenomenul numit dependență. Acești oameni pot depinde de partenerul lor, de mediul familial sau chiar de ultima modă afișată de o vedetă. Ei încearcă astfel să vindece rana din trecut și să contracareze o posibilă respingere. Cine intră în acest joc devine repede conformist, înăbușindu-și orice opinie personală ce ar putea displăcea majorității grupului din care face parte. Apartenența la o sectă, la o bandă de cartier sau la un club ne poate da o identitate gata făcută cînd nu îndrăznim să ne asumăm puterea individuală. Identitatea noastră e asumată atunci de o colectivitate care se afirmă în locul nostru.
Dacă, dimpotrivă, părinții nu îndrăznesc să-și asume autoritatea și să impună limite, copilul riscă să devină tiranic cu ei și neadaptat. Fără să știe, acești părinți își supun copilul pericolului unor evenimente catastrofale ce nu vor întîrzia să apară, dovedindu-i că nu e atotputernic. Pentru că n-a învățat niciodată să înfrunte viața, la primele eșecuri el riscă serios să se prăbușească și să se resemneze. Va încerca atunci să-și găsească refugiul în vise despre viitorul și puterea lui ori se va cufunda în alcoolism și droguri pentru a-și reface măcar temporar atotputernicia amenințată.
După cum se poate constata, trecerea de la atotputernicia imaginară la o prețuire de sine echilibrată este dificilă. Multe evenimente apărute pe parcurs ne pot face să ne refugiem într-un iluzoriu sentiment de superioritate sau în rușine. În realitate, granița dintre atotputernicie și depresie e adesea infimă. Dar, pe măsură ce un om își cultivă talentele și îndrăznește să fie el însuși, pe măsură ce primește aprobare și iubire, apar echilibrul și încrederea. Important e să stabilească o legătură cu însuși izvorul vieții, care este iubirea, astfel ca floarea pe care o poartă în sine însuși să poată înflori.

Identitate și diferență sexuală

Identitatea sexuală este o construcție psihologică

Al doilea jalon al identității noastre psihologice este apropierea de celălalt prin iubire și sexualitate. Vrem nu vrem, de fiecare dată cînd spunem *eu*, cel care vorbește e un bărbat sau o femeie. Ne naștem, fiecare, într-un corp masculin sau feminin. Însă deși la ființele umane genul sexual e determinat genetic, ca și la animal, identitatea sexuală nu e fixată la fel de rigid, ceea ce permite o exprimare și o creativitate mult mai ample în plan erotic. Activitatea sexuală principală poate chiar sfîrși prin a fi diferită de determinismul genetic primar, ca în homosexualitate, cînd un individ dorește o persoană de același sex cu el. Cu alte cuvinte, identitatea sexuală psihică e diferită de identitatea sexuală biologică. Trebuie să constatăm că, în acest caz ca și în altele, cultura influențează mult natura de bază, astfel încît devine greu să separăm efectele uneia de ale celeilalte.

Putem așadar considera identitatea sexuală o construcție culturală întemeiată pe un dat natural, sexul biologic. Acest mod de a privi lucrurile are avantajul de a nu ne împotmoli în discuții sterile care ne fac să respingem anumite tipuri de sexualitate ca nefiind « naturale ». Din punctul meu de vedere, toate tipurile de sexualitate umană sînt, cel puțin în parte, influențate de cultură și nici unul nu e pur natural; sau, dacă admitem că nimic nu există în afara naturii, toate sînt naturale.

De altfel, încă din 1948, raportul Kinsey[9] propunea o scară de evaluare cu șase trepte în loc de două. La un capăt al spectrului, cercetătorul îi situa pe homosexualii puri, iar la celălalt pe heterosexualii puri. Potrivit

anchetei sale, doar 10% din populație se încadra în fiecare din aceste categorii. Majoritatea bărbaților oscilau între homosexualitate și heterosexualitate în diferite grade. Se arăta de asemenea că o treime din bărbați avuseseră o relație homosexuală completă, cu orgasm, după vîrsta pubertății. În concluzie, situația nu e atît de simplă pe cît o sugerează conversațiile de cafenea sau de salon.

În ciuda rezistențelor noastre morale și religioase sau pur și simplu a orientării noastre sexuale, din punct de vedere psihologic este mai realist să considerăm identitatea sexuală ca pe ceva flexibil. E vorba de o construcție în care se amestecă elemente pulsionale, elemente psihologice și chiar aspecte politice și ideologice. De pildă, o decepție în dragoste sau o lungă perioadă de coabitare cu persoane de același sex poate să ducă la o schimbare a orientării de la heterosexualitate la homosexualitate. În culturile Africii de Nord, în care bărbații trăiesc mult timp între ei, un bărbat poate foarte bine să facă sex cu alt bărbat fără ca pentru asta să se considere homosexual.

Nu se știe în ce măsură cultura și traumele noastre psihologice ne influențează însuși felul în care privim un penis, o vulvă, niște sîni sau felul nostru de a face dragoste. Sexualitatea noastră ne exprimă întreaga ființă, inclusiv evoluția noastră psihologică. Pot să fiu foarte centrat pe propria mea plăcere dacă amorul meu propriu este fragil sau, dimpotrivă, pot să-i acord mai multă atenție partenerei mele dacă mă simt în siguranță.

La ce servește părintele de același sex? În elaborarea sexualității noastre, părinții primesc de la bun început roluri diferite, în funcție de sex. În general, cel care va juca un rol fundamental în construirea identității noastre sexuale este părintele de același sex. Sarcina părintelui de sex opus va fi să ne diferențieze din punct de vedere sexual. Prin el, vom afla că sîntem bărbat sau femeie[10].

Copilul se recunoaște de la început în părintele de același sex cu el. Este părintele cu care e asemănător, analog, chiar identic. Pe acest părinte va dori să-l imite. Îl va lua drept model. Prin urmare, elementul-cheie al identității sexuale se află, pentru un băiat, în relația sa cu tatăl, iar pentru o fată în relația cu mama. Vom vedea imediat ce complicații poate naște o asemenea lege psihologică.

Dacă părintele de același sex este absent sau respinge copilul, dacă nu-i oferă copilului o imagine pozitivă a propriului său sex, băiețelul sau fetița nu ajunge să aprecieze faptul de a fi bărbat sau femeie. Cînd un copil nu e confirmat de părintele de același sex, iar această lipsă nu e compensată de nici o altă prezență maternă sau paternă, există mari riscuri ca acel copil să sfîrșească prin a se detesta și prin a-i fi rușine de el însuși și de sexul său. Această lipsă de iubire de sine duce în cele din urmă la dificultatea de a recunoaște ce e bun pentru sine în viață.

Trebuie să evităm totuși să ne închidem într-o viziune psihologică reducționistă care cere prezența lîngă copil a tatălui sau a mamei biologice. Copiii au nevoie de prezența unor bărbați și a unor femei care să-i trateze ca un tată și ca o mamă, modelîndu-le astfel identitatea. Adevărații părinți ai copilului nu sînt neapărat tatăl biologic sau mama biologică, ci aceia care au grijă de el.

La ce servește părintele de sex opus? Părintele de sex opus ne face să devenim conștienți de realitatea sexuală, dezvăluind prin simpla lui prezență diferența noastră fundamentală. De aceea, cel mai adesea, fanteziile erotice și micile povești de dragoste se nasc, pentru fete, în relația cu tatăl, iar pentru băieți în relația cu mama. La trei–patru ani, aproape toți băieții vor să se însoare cu mamele lor, iar fetițele vor să se mărite cu tații.

Ca să avem o idee mai exactă despre influența sexului fiecărui părinte, e suficient să privim traumele diferite

de care suferă bărbații și femeile. Cînd provin din familii tradiționale, în care mama era prezentă iar tatăl relativ absent, bărbații au suferit o lezare a identității din cauza lipsei modelului masculin, în schimb relațiile lor cu femeile au fost ușurate de prezența grijulie a mamei. Exagerînd puțin, am putea afirma că acești bărbați sînt convinși că pentru ei va exista întotdeauna o femeie în lume, în timp ce relațiile lor cu alți bărbați rămîn marcate de neîncredere.

Pentru femei, lucrurile stau invers. Rana provocată de tată este o rană relațională, afectivă. Ele nu sînt sigure că există un bărbat în univers pentru ele, iar căutarea lui devine primordială. Această convingere le face uneori să suporte în intimitate situații inacceptabile, într-atît sînt de convinse că nu vor găsi un alt partener. În schimb, pot conta pe prezența prietenelor. Complicitatea maternă a deschis relația cu celelalte femei. Uneori, relația cu mama nu a fost totuși bună. În consecință, prietenia acestor femei cu persoane de același sex se leagă greu și, în ciuda lipsei de sprijin patern, ele se simt mai bine în compania bărbaților.

Diferențierea sexuală ca încercare

Diferențierea sexuală e necesară pentru că ajută la trezirea sinelui, însă ea reprezintă o probă, o încercare. Cum spuneam mai devreme, copilul trăiește într-o profundă unitate cu lumea care-l înconjoară, trăiește cu bucurie, cu durere, dar mai ales fără să fie conștient. Pentru a ieși din această inconștiență, între el și lume trebuie să se producă o diferențiere. Una din diferențele evidente pe care va trebui să le înfrunte, o diferență ce sare în ochi, este aceea dintre masculi și femele. Această experiență a diferențelor îi va permite mai apoi o revenire la lumea unității, însă de data asta fiind conștient.

Trebuie spus că, deși e fascinat de ea, într-o primă etapă copilul respinge din toate puterile diferențierea sexuală.

Într-adevăr, devenind conștient de existența celor două sexe, sentimentul lui de atotputernicie e supus la o încercare fundamentală. Devenind conștient că nu va fi niciodată mai mult decît un bărbat sau o femeie, se confruntă cu faptul de a fi incomplet, așadar imperfect. Este intrarea în lumea interdependenței și a complementarității, care nu e acceptată fără împotrivire.

Începînd din acest moment, a-și dovedi că e un băiat, și nu o fată (sau invers), devine pentru copil principala preocupare. El se va strădui să arate că sexul său este superior celuilalt prin forță, inteligență, dibăcie. Încearcă astfel să mențină intactă o parte din fantasma sa de putere, zdruncinată de descoperirea diferenței sexuale. Se agață atunci de părintele de același sex pentru a-și regăsi încrederea, mai ales imitîndu-l. Iar pentru a-și afirma asemănarea cu părintele de același sex și diferența față de sexul opus, ce poate fi mai bun decît să joace rolurile domestice și sociale jucate de părinți?

Înseamnă oare că părinții ar trebui să respecte o împărțire strictă a rolurilor în casă pentru a-l ajuta pe copil în faza lui de diferențiere? Nicidecum. Dimpotrivă, stilurile natural diferite ale celor doi părinți trebuie respectate. Tații nu schimbă scutecele la fel ca mamele, iar copiii percep aceste diferențe, oricît ar fi ele de mici. La vîrsta diferențierii, copilul își dă toată silința pentru a-i semăna părintelui de același sex și a căpăta încredere. El observă diferențele pentru a-și putea raporta la ele propria identitate sexuală. E nevoit s-o facă dacă vrea să-și construiască o identitate de bărbat sau de femeie.

O bună diferențiere sexuală servește drept bază pentru recunoașterea ulterioară a similitudinilor profunde dintre sexe. Cu cît un om se simte mai sigur de sine în sentimentul de apartenență la propriul sex, cu atît înfruntă mai ușor diferențele fără să se simtă amenințat. Un bărbat sigur de virilitatea lui poate accepta ideea că posedă calități așa-zis feminine, iar o femeie poate accepta că

are caracteristici masculine. Dacă diferențierea nu s-a produs, persoana riscă să-și petreacă viața încercînd să-și dovedească diferența față de sexul opus și marcînd-o printr-un comportament ultrafeminin sau ultramasculin.
Diferența sexuală reprezintă impactul cu incompletitudinea de bază. Ea scoate în evidență faptul că ne lipsește iremediabil ceva. Realitatea acestei lipse va stimula la om dorința de completitudine și-l va împinge să-și caute partea lipsă cultivînd iubirea romantică. El va înlocui, ca să spun așa, fantasma de a fi, de unul singur, o lume, cu fantasma de a crea o lume completă împreună cu altă persoană.

Animus și anima

Cealaltă jumătate

De ce dorim să fim împreună, în ciuda diferențelor și dificultăților? Din cauza rănii narcisiste de a fi numai bărbat sau numai femeie? Iar cuplul ni se pare atît de natural pentru că vrem să fim *totul* în doi? Oare de aceea privim la orice bărbat sau femeie întrebîndu-ne în taină: « El o fi cel care-mi este ursit? », « Ea o fi cea care-mi este ursită? » Ar fi o viziune prea simplistă asupra existenței.
În realitate, pe canapeaua din salon *Ea* și *El* nu sînt singuri. Au însoțitori lăuntrici care le hotărăsc atracțiile și repulsiile fără știrea lor. Acești însoțitori sînt *animus* și *anima*. La vremea pubertății, se activează în noi un arhetip pentru a ne ajuta să ne separăm de părinți și să ne continuăm viața psihologică prin forțele noastre, în totală autonomie. Urma arhetipului e vizibilă în faptul că orice individ poartă în el o reprezentare mai mult sau mai puțin clară a partenerului ideal. Ceea ce-l

face să viseze, să fantasmeze și să caute iubirea pentru a forma un cuplu este această imagine.
În inconștient există o dispoziție înnăscută de a produce o asemenea reprezentare. Așa cum spuneam, Jung a dat acestor tendințe universale numele de arhetipuri. În cazul particular care ne preocupă, el a dat numele de « anima » reprezentării lăuntrice a femininului la bărbat și pe cel de « animus » reprezentării masculinului la femeie[11]. Psihanalistul elvețian a ajuns la aceste concluzii analizînd visurile a numeroși bărbați și femei. A constatat că bărbații visau adesea femei necunoscute și misterioase și că aceste vise le inspirau de cele mai multe ori respect. Cît privește femeile, în visele lor apăreau de multe ori grupuri de bărbați care exercitau asupra lor aceeași fascinație. Jung a ajuns la concluzia următoare: contraponderea noastră sexuală, cea care a fost reprimată din cauza sexului nostru declarat, continuă să trăiască în noi sub trăsăturile unei persoane de sex opus.
E vorba de *cealaltă jumătate* a noastră. E vorba de personalitatea noastră interioară, pe care însă, pentru că n-o cunoaștem, o căutăm în afara noastră. Acest suflet geamăn, frate sau soră, îl căutăm cu pasiune. De aici întregul joc al așteptărilor și iluziilor ce se nasc în iubire, căci dorim nespus ca partenerii noștri să corespundă imaginii ideale pe care o purtăm în noi. Totul se petrece ca și cum animus și anima ne-ar arunca în aventura iubirii, dar adevărata lor funcție este să fie recunoscute ca dimensiuni ale ființei noastre lăuntrice. Căci în realitate partenerii noștri nu vor putea întrupa niciodată acea parte lipsă. E lucrul pe care, puțin cîte puțin, eșecurile în iubire ne ajută să-l înțelegem. Cît timp le pretindem partenerilor noștri să se schimbe, le cerem să întruchipeze întocmai arhetipul pe care-l purtăm în noi; ceea ce, evident, le este cu neputință.
Probabil că, în realitate, animus și anima cheamă atît la aventura sentimentală exterioară, cît și la aventura

creatoare lăuntrică. Într-o primă perioadă a vieții, cînd cunoaștem iubirea, ele ne scot de sub tutela familiei, incitîndu-ne să creăm propria noastră unitate familială. La maturitate, ele ne invită să ne reîntoarcem la noi înșine pentru a ne înțelege dimensiunile mai profunde ale inconștientului, dornice să se exprime altfel decît prin intermediul cuplului, al muncii și al copiilor.

Cu cine seamănă animus și anima?

Părintele de același sex influențează puternic felul în care ne vom comporta ca bărbat sau femeie; în schimb, imaginea bărbatului sau a femeii pe care o purtăm în noi va fi marcată de personalitatea părintelui de sex opus. Motivul este simplu: tatăl și mama sînt primul bărbat și prima femeie pe care i-am cunoscut îndeaproape. Iar dacă se întîmplă adesea să ne îndrăgostim de o persoană cu trăsături de caracter ce le amintesc pe ale tatălui sau pe ale mamei e tocmai pentru că formarea animusului și animei sînt influențate de figurile parentale.

Dar, deși animus și anima reprezintă însuși arhetipul vieții care ne cere să evoluăm departe de părinții noștri, trebuie spus că aceleași figuri pot rămîne prizoniere ale complexelor parentale dacă acestea sînt puternice și negative. Atunci ele inhibă tendința spre autonomie a tinerilor bărbați sau femei. Tema este de altfel exploatată adesea în basme, în care vedem o prințesă închisă de tatăl ei în turnul castelului. În plan simbolic, cavalerul care vine s-o elibereze reprezintă deopotrivă animusul ce se trezește în fată și iubirea care o face să părăsească mediul parental.

Cînd tendința spre autonomie nu se poate împlini din cauza unor complexe parentale care inhibă eul și împiedică dezvoltarea naturală, animus și anima se transformă în contrariul lor. Capacitatea unei femei de a lua inițiative devine atunci așteptare pasivă. Dacă situația se prelungește, animusul ei, încătușat fiind, își pierde

forța sau se înăcrește. În vreme ce animus reprezintă capacitatea unei femei de a lua inițiative, anima reprezintă capacitatea de a iubi a unui bărbat. Dacă bărbatul își reprimă sensibilitatea, aceasta poate deveni capricioasă și agitată, cerîndu-și drepturile sub forma unor umori iraționale care, împotriva voinței lui, pun stăpînire pe el. Un asemenea bărbat se poate lăsa pradă deprimării sau disperării fără a opune rezistență.
Cînd animus și anima sînt prizonierele complexelor parentale, ele vor fi negreșit proiectate asupra unor figuri care le seamănă părinților. E ca și cum natura ne-ar sili să rezolvăm această problemă pentru a ne elibera creativitatea și a ne continua dezvoltarea. Dar realitatea este că oamenii cu un animus sau o anima perfect separate de complexele parentale sînt foarte rari. Cei mai mulți se află în faza în care creativitatea lor e încă prizoniera complexului patern sau matern și, cît timp situația nu se schimbă, ei continuă să-și aleagă parteneri cu care, în parte cel puțin, repetă drama din copilărie. Și totul va merge la fel dacă drama aceasta nu va fi depășită. În acest sens, viața este perfectă: ea ne pune necontenit înainte aceeași mîncare, pînă cînd devenim conștienți de ceea ce mîncăm.

Aspectul colectiv al arhetipului. Pe un plan mai larg, animus și anima nu sînt marcate doar de tatăl personal sau de mama personală. Formarea acestor personalități interioare e determinată și de felul în care, din noaptea timpurilor, sîntem bărbați sau femei. Un strat al inconștientului nostru posedă o dimensiune colectivă ce servește drept temelie inconștientului personal. Inconștientul colectiv se manifestă în noi prin modurile de a reacționa specifice bărbaților și femeilor din cultura noastră, ca și speciei umane în general. De pildă, nu e nevoie să ne învețe cineva cum să suferim sau cum să ne îndrăgostim – și totuși, urmăm adesea în aceste comportamente scheme prestabilite. Totodată, inconștientul

colectiv ne influențează felul în care înțelegem și ne reprezentăm sexul opus.

La modul general, animus reprezintă curajul, inițiativa, fermitatea, acțiunea, verbul și spiritualitatea în sens larg; întruchipările lui sînt omul de curaj și de acțiune, artistul, liderul carismatic sau maestrul spiritual. Iar acestea sînt într-adevăr calitățile pe care femeile le caută adesea la bărbați. Anima întruchipează sentimentele, stările sufletești vagi, intuițiile, capacitatea de iubire personală, sentimentul naturii, relația cu inconștientul.[12] Ea apare în cultură sub trăsăturile femeii evanescente și misterioase, ale ruralei senzuale și pătimașe, ale femeii poetice și cultivate, ale călăuzei spirituale sau ale preotesei. Sînt totodată tipurile de femei pe care le caută bărbații.

Jung observa că, la bărbatul care se identifică puternic cu rațiunea sa și care nu dă curs nevoilor sale relaționale, anima se va exprima sub forma unor umori incontrolabile și iraționale ce pun stăpînire pe el în momente neașteptate. Aceste umori spontane *îl posedă* (în sensul în care ești *posedat* de un spirit) și fenomenul va persista în viața bărbatului atîta timp cît el nu va stabili un raport conștient cu feminitatea lui interioară. Din același motiv, se va îndrăgosti fulgerător atunci cînd va « recunoaște » inconștient o parte din el însuși în altă persoană. Altfel spus, sensibilitatea lui inconștientă are puterea de a pune stăpînire pe el fără voia lui pentru că nu i se face loc în viața conștientă. În timpul acestor crize, e dominat de o feminitate caricaturală. Cînd un bărbat are gripă și se plînge de parcă ar fi pe moarte sau cînd declară iubire pătimașă unei femei pe care abia a cunoscut-o, el este influențat de anima. Și va fi cu atît mai sensibil la această influență cu cît nu-și respectă viața interioară și sentimentală. E stratagema pe care o folosește inconștientul pentru a-l face să-și descopere sensibilitatea.

Același lucru este valabil pentru femeia identificată cu feminitatea tradițională. Ea susține morțiș opinii im-

posibil de susținut din punct de vedere rațional, fără să aducă vreun argument în sprijinul spuselor sale. Ea *știe*, și asta ar trebui să fie suficient. Este supusă unui atac al animusului, comparabil cu asaltul pe care anima îl dă asupra bărbatului. Femeia nu va putea scăpa de domnul acesta care se pretinde atotștiutor decît atunci cînd îi va da o șansă de a se exprima mai bine și va îndrăzni să-și confrunte părerile cu realitatea comună și obiectivă.

Alt lucru interesant este că animusul se prezintă deseori în vise sub trăsăturile mai multor bărbați – grupuri de judecători, de profesori, de copii etc. –, în timp ce anima apare sub trăsăturile unei unice femei, misterioase și bizare. Jung trăgea concluzia că femeia îi caută pe *toți* bărbații într-un singur bărbat, în vreme ce bărbatul caută *femeia* din toate femeile. Iată de ce femeia este în general mai fidelă decît bărbatul și adesea ea se teme de *bărbați*, văzuți ca grup nediferențiat, în timp ce prezența *unui* partener o liniștește; dimpotrivă, un bărbat se teme de intimitatea cu *o femeie*, dar nu se teme de femei în general.

Femeia din bărbat, bărbatul din femeie

Legat de animus și anima, e bine, pentru a evita orice confuzie, să precizăm cîțiva termeni. Cînd vorbesc despre *feminin* în general, înțeleg valorile feminine prezente atît în bărbat, cît și în femeie sau chiar în societate. Aceeași remarcă este valabilă și pentru termenul de *masculin*, care trimite la valorile masculine prezente în *Ea*, dar și în *El*. În ce mă privește, cînd vorbesc despre receptivitatea feminină prezentă la bărbat prefer să folosesc termenul de anima, iar cînd vorbesc despre energia masculină prezentă la femeie prefer termenul de animus.

Pentru Jung, aceste figuri interioare sînt reprezentări psihice care se elaborează pentru a compensa atitudinea conștientă exterioară. Unui comportament exterior

brutal, violent, îi corespunde adesea o anima delicată: Hitler, de pildă, avea viziuni ale Fecioarei Maria, iar « bărbații duri » apreciază puștoaicele.

O asemenea concepție este mai bine adaptată la realitatea psihică și ne permite să ieșim din stereotipuri. Nu ne va mai fi greu să înțelegem că un bărbat efeminat poate ascunde o imagine lăuntrică incisivă și chiar brutală. Nu ne vom mai mira că-și alege ca parteneră o femeie autoritară. La fel, o femeie aprigă poate foarte bine să se îndrăgostească de un bărbat delicat: acesta reprezintă imaginea ei interioară, altfel spus calitățile pe care trebuie să le integreze pentru a fi mai aproape de sine. Se înțelege totodată că proiecția în afara sinelui a unei părți atît de intime explică în mare parte atașamentele noastre și nesfîrșitele complicații ce rezultă din ele. Adesea, partenerul trebuie să facă un efort pentru a se mula după sufletul nostru inconștient. Multe certuri și rupturi survin din clipa în care partenerul nu mai corespunde imaginii noastre interioare de bărbat sau de femeie.

Legea compensării dintre imaginea lăuntrică și personalitatea exterioară (pe care Jung o numește *persona*[13]) îndeamnă așadar la prudență cînd vorbim despre *femininul prezent în bărbat* și despre *masculinul prezent în femeie*, căci acest masculin și acest feminin variază destul de mult de la o cultură la alta și de la un individ la altul. Putem desigur vorbi despre tendințe generale, dar trebuie să fim conștienți că excepțiile de la asemenea reguli nu sînt deloc rare.

În rezumat, am putea spune că anima e acea forță din bărbat care inspiră nevoia de a iubi și de a fi iubit, de a ocroti și de a fi apreciat. Este capacitatea de iubire și de acceptare, de toleranță extremă și de compasiune nesfîrșită. Pervertită, ea se transformă în dependență, supunere, servitute, sclavie și masochism. Reprimată, devine răceală, respingere, apăsare. Ea îl va face pe bărbat să caute inconștient partenere care întruchipează

unul sau altul din aceste aspecte, permițîndu-i astfel să se descopere pe sine.
Animusul este acea energie care se împlinește transformînd materia prin voința sa. Este puterea de acțiune, de mișcare, de inițiativă. Pervertit, devine frenezie maniacă, autoritarism, dictatură, sadism. Reprimat, se transformă în slăbiciune, lipsă de rigoare, autodistrugere. Femeia va căuta și ea parteneri care-i întruchipează aceste dimensiuni inconștiente, pentru a învăța să se cunoască.
Conjugate în fiecare ființă, animus și anima alcătuiesc acel miracol admirabil și inexplicabil care este ființa umană și permit experiența iubirii sub toate formele ei, de la cele mai sordide la cele sublime.

Triunghi familial sau triunghi infernal?

Peisajul familial

Discuția noastră despre identitatea sexuală ne-a făcut să separăm rolul părintelui de același sex de cel al părintelui de sex opus. Am vorbit de asemenea de posibile prejudicii provocate de complexele parentale atunci cînd ele sînt negative. Înainte de a intra mai adînc în relațiile părinți–copii, trebuie să relativizăm influența părinților și să arătăm că aceștia sînt rareori singurii vinovați pentru eșecurile copiilor. Astfel vom încheia această parte teoretică.
Să spunem mai întîi că, în realitate, copilul nu se situează pe o axă tată–fiică sau mamă–fiu. El trăiește în primul rînd într-un triunghi tată–mamă–copil și participă cu toată ființa la relația familială. Și este foarte important să fie așa, căci a accepta un terț înseamnă a-l

accepta pe celălalt în general. În trei, există deja o mini-societate.

Copilul trăiește într-o asemenea simbioză cu cuplul parental, încît poate să se creadă răspunzător, prin acțiunile sale, de separarea părinților sau de armonia cuplului lor. Copilul ține la unitatea cuplului parental: ea simbolizează în ochii lui complementaritatea contrariilor ce asigură menținerea lumii. De aceea, copiii unor părinți divorțați păstrează mult timp visul de a-și reuni părinții și simt o mare satisfacție cînd izbutesc – cu ocazia unui eveniment fericit sau nefericit, cum ar fi o aniversare sau un accident.

Dar chiar și acest triunghi apare ca o diviziune artificială a ceea ce se petrece în realitatea familială. Copilul nici măcar nu se situează într-un simplu triunghi, ci într-un sistem familial la care participă deopotrivă frații și surorile. Chiar și rudele apropiate, de pildă bunicii, sau orice altă persoană care ocupă un loc în teritoriul familial pot deveni importanți pentru copil din punct de vedere psihologic. Altfel spus, frontierele realității psihologice a copilului sînt foarte permeabile.

Dacă îi cerem unui copil să deseneze un *peisaj familial*, propunîndu-i să reprezinte fiecare persoană sub forma unui obiect și să reprezinte totodată relațiile dintre diferitele personaje, vom înțelege cît de imprecise sînt pentru el frontierele realității psihologice. E clar că tatăl și mama ocupă întotdeauna poziții centrale în asemenea peisaje, dar înțelegem repede că noțiunea de tată sau de mamă nu rămîne rezervată părinților biologici. În chip spontan, copilul acordă unui tată sau unei mame de substituție aceeași importanță.

Rezultă de aici, cum spuneam mai sus, că toate figurile care au participat mai mult sau mai puțin la creșterea copilului participă și la formarea complexelor parentale. Un bunic afectuos poate compensa figura unui tată insensibil, reechilibrînd astfel încărcătura emoțională a complexului patern. În fapt, copilul acceptă foarte bine

un amestec de influențe, cu condiția să știe cine este răspunzător, în primul rînd, de relația cu el. Drama multor copii contemporani de aici vine: sînt lipsiți de repere. Cînd amîndoi părinții lucrează, ei nu-și petrec destul timp cu copiii; aceștia cresc într-un fel de vid, iar imaginile parentale pozitive nici măcar nu au șansa de-a apărea. Identitatea masculină sau feminină a copilului rămîne nedefinită. Încrederea în sine și forța lui de afirmare se resimt.

Adesea, o guvernantă, o supraveghetoare sau chiar vecinii ocupă un loc predominant în peisajul familial. E desigur mai bine decît nimic. Există și copii care nu au decît modelele de la televizor pentru a învăța să-și construiască identitatea. Părinții, care petrec prea puțin timp cu ei, nu-i pot ajuta să umanizeze aceste modele culturale stereotipe.

E clar că, în tot ce ține de construirea identității copilului, aventura familială se poate trasforma ușor în catastrofă. Triunghiul familal poate ușor deveni un triunghi infernal. O copilărie chinuită duce aproape inevitabil la închidere în sine. O apreciere negativă a propriilor capacități izolează eul în amărăciune și îl împiedică să se afirme în exterior.

Unitățile de măsură ale unei identități sănătoase sînt încrederea în sine, capacitatea de a alege, capacitatea de a-ți urma gusturile și dorințele, capacitatea de a-ți asuma propriile sentimente și nevoi, capacitatea de a crea legături afective. Persoana a cărei identitate rămîne fragilă e copleșită de îndoieli, trăiește într-o lume ostilă care o judecă și o critică întruna și în general este ruptă de ceea ce simte. Adesea se simte vinovată că are anumite nevoi și nu se crede îndreptățită să și le manifeste. O copilărie reușită este o copilărie în care o ființă s-a simțit susținută în explorarea lumii înconjurătoare, ca și în afirmarea și manifestarea sentimentelor și nevoilor sale.

Totul în trăirea umană pare să urmărească manifestarea talentelor și a originalității personale. Oamenii cu ade-

vărat fericiți par a fi cei ce au acces la un mod de afirmare care-i satisface, indiferent că e vorba de grădinărit sau de artă. Ei vor găsi calea de a-și exprima ființa adevărată prin intermediul sexualității, al cuplului, al familiei sau al muncii. Această putere de exteriorizare permite comuniunea cu mediul uman și natural.

Bucuria de a trăi pare să fie răsplata celui care izbutește să-și satisfacă nevoile fundamentale și să-și manifeste identitatea de bază. Iar ceea ce numim iubire pare să fie fructul acestei satisfacții. Omul care și-a învins servituțile interioare și care se poate exprima liber trăiește într-o lume a plenitudinii și mulțumirii: chiar dacă în jurul lui e foamete, ceva fundamental continuă să-l hrănească și să-l facă fericit.

Datoria parentală constă, așadar, în a susține încercările copilului și a-l încuraja să-și exprime individualitatea. Copilului trebuie să i se ofere un cadru securizant, dar dacă acest cadru devine prea protector sau prea rigid, creativitatea lui va fi afectată. Copilul va fi castrat de instrumentul cel mai prețios: capacitatea de a-și exprima sinele.

Se pare, de altfel, că cei mai buni părinți nu sînt părinții care încearcă să fie modele perfecte, ci aceia animați de o pasiune creatoare pentru viață. Rareori întîlnim oameni care au urmat cu adevărat sfaturile părinților sau educatorilor lor. În schimb, sînt numeroși cei a căror forță vitală a fost trezită de prezența unei ființe pasionate. În fond, ceea ce-l marchează cu adevărat pe copil este comportamentul părinților săi în fața vicisitudinilor vieții. Atitudinea resemnată a unui părinte duce adesea la aceeași atitudine a copilului: adult, el va răspunde la loviturile soartei prin defetism. Dimpotrivă, dacă părinții reacționează cu un optimism de neclintit, atitudinea lor are șanse să fie imitată de copil. El va spune: « N-o fi sfîrșitul lumii! Părinții mei au supraviețuit, o să supraviețuiesc și eu. »

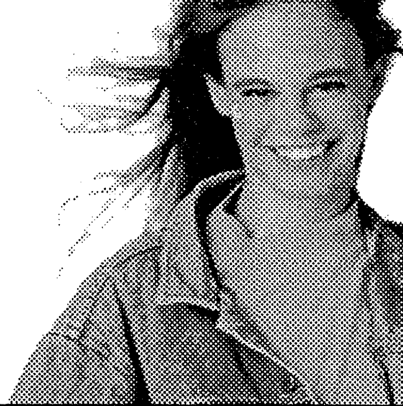
Copilul nu este o foaie albă

Pare greu de negat caracterul individual al fiecărui copil care se naște, atît de prezentă este această individualitate chiar de la început. Copilul nu este nicidecum o foaie albă pe care părinții urmează să scrie un scenariu.
Ceva din individualitatea unei ființe scapă întotdeauna analizelor. Deși putem afirma că prezența și calitatea prezenței părinților ajută neîndoielnic la formarea unei identități sănătoase a copilului, o asemenea regulă nu acoperă, ea singură, complexitatea viului. Anumiți factori rămîn de neînțeles. Un băiat ieșit dintr-un mediu defavorizat în plan psihologic poate foarte bine să dezvolte, ca reacție, o forță de afirmare exemplară. O fată care s-a bucurat de toată grija și de toată bunăvoința poate foarte bine să se cufunde în depresie. În ultimă instanță, nu știm de ce un adolescent hotărăște să se sinucidă la primul eșec sentimental, deși a avut părinți buni, era capabil să se exprime și avea note bune la școală. Și chiar dacă am putea explica un asemenea gest prin lipsa unei structuri interioare, avînd drept cauză un mediu ce nu-i îngăduia să devină conștient de sine, pot fi oare incriminați părinții care adesea au făcut tot ce s-au priceput sau care n-au știut să facă mai bine?
Poate că ar trebui să se adopte o psihologie care să-i redea copilului puterea lui personală. Asta nu schimbă rolul părinților, însă îl despovărează de atotputernicie. Părinții trebuie să mențină și să stimuleze elanul vital al copilului, dar nu sînt responsabili pentru destinul lui. Vor trebui să fie mereu atenți la această individualitate în devenire, respectîndu-i nevoile de exprimare, însă vor fi conștienți că acest copil merge spre o existență pe care și-o construiește singur și pentru care îi revine întreaga responsabilitate. Putem chiar să ne întrebăm dacă tensiunile dintre părinți și copii nu apar tocmai pentru a-i face pe toți protagoniștii să capete o mai bună cunoaștere de sine – prin bucurie, ca și prin suferință. Din această perspectivă, nu există experiență negativă.

În definitiv, totul servește la o mai bună autocunoaștere și orientare în vastul cîmp al vieții. Marile crize individuale pot fi privite ca mari ocazii de schimbare. E sigur că o copilărie dificilă, alcoolismul sau chiar un episod de violență pot deseori acționa ca stimulenți care-l ajută pe un individ să-și găsească drumul spre o viață mai satisfăcătoare.

Suferința ne confruntă cu întrebările esențiale ale existenței. Ea este probabil un factor fundamental al vieții de vreme ce nimeni n-o poate evita. Este imboldul ce-i împinge pe oameni spre atitudinea corectă. Ea stimulează în aceeași măsură în care distruge: în fața unei asemenea perspective, e meschin să-i acuzăm pe părinți pentru suferința copiilor sau invers, să-i acuzăm pe copii pentru suferința părinților. Ființele au atîta nevoie de suferință pentru a crește, încît uneori devine de-a dreptul nesănătos să-i ferim pe copii de ea cu orice preț.

Aceste cîteva jaloane în raport cu identitatea o dată fixate, să ne ocupăm de relațiile tată–fiică pentru a înțelege mai bine drama pe care o trăiesc *Ea* și *El*.



Tați și fiice: iubirea în tăcere

Idealizarea tatălui • Tatăl incestuos • Tatăl puritan • Fiicele tăcerii • Drama fetei cuminți

2

CAPITOLUL

Tatăl tăcut



Dacă am vrea să definim situația în care se află *Ea* și *El* pe canapeaua din salon, am putea spune că *Ea* este *o femeie care iubește prea mult*[14], în timp ce *El* este *un bărbat care se teme să iubească*[15]. Aceste personaje atît de bine cunoscute ale psihologiei populare au totuși o istorie, nu sînt nicidecum fenomene spontane. Ele își au originea în triunghiul dezechilibrat al familiei tradiționale, în care tatăl este absent, iar mama încearcă să-i compenseze absența jucînd mai multe roluri deodată.

De aceea, în capitolele următoare, vom căuta geneza acestor imagini prefabricate aplecîndu-ne asupra relațiilor tată–fiică și mamă–fiu. Căci tăcerea tatălui a creat-o pe *femeia care iubește prea mult*, în vreme ce grija maternă excesivă l-a produs pe *bărbatul care se teme să iubească*.

Firește, cînd ne îngăduim să scormonim în relațiile dintre părinți și copii, cum facem în această carte, există pericolul de a ajunge la acuzații și critici. În fapt, cum trecutul nu-l putem schimba, un asemenea exercițiu are sens doar dacă ne permite să înțelegem mai bine comportamentele noastre actuale. Trecutul de dragul trecutului e neinteresant. În schimb, trecutul care continuă să fie activ în viața noastră cotidiană (pentru că, fără să știm, ne determină opțiunile) prezintă cel mai mare interes. Dar, și atunci, numai dacă exercițiul ne permite să înțelegem condiționările nefaste și să ne eliberăm de ele. Vom încerca, așadar, să recunoaștem și să clarificăm dinamicile trecutului. Scopul acestei clarificări nu e să-i identifice și să-i incrimineze pe *adevărații vinovați* pentru nefericirea noastră, ci mai curînd să înțeleagă traumele ce ne-au legat într-o dramă comună de aceste persoane, ca să le depășim. Căci, în practica terapeutică, constatăm iar și iar, ca în formularea lui Freud, că trecutul care nu e conștientizat se repetă sau, ca în formularea lui Jung, că ceea ce rămîne inconștient *ne vine din exterior* ca un destin ce ne pare străin, cînd de fapt el reflectă pur și simplu condiția vieții noastre lăuntrice.

Acest adevăr se verifică cel mai bine pe terenul cuplului. Nu încetăm să ne mirăm că oamenii își aleg parteneri care seamănă cu tații sau cu mamele lor. Se poate spune chiar: cu cît relațiile de cuplu sînt mai dureroase, cu atît ele reflectă în mai mare măsură dinamici ale copilăriei insuficient limpezite. Cînd legăturile dintre părinți și copii nu au fost descîlcite, vechile drame vor fi jucate iarăși pe scena relațiilor afective. Iar aceste condiționări pot face cuplul aproape imposibil.

Un gol de umplut

De fiecare dată cînd particip la o întrunire avînd drept temă relația cu tatăl, sînt emoționat și surprins de marea afecțiune pe care majoritatea femeilor o au pentru

tatăl lor, în ciuda tăcerii cu care au fost tratate. Sînt de asemenea martorul mîniei, uneori al indignării că au fost înșelate, dar în fundal, aproape totdeauna, întrevăd rana dureros-voluptuoasă a acestei iubiri imposibile. O iubire consumată în tăcere, ca o penitență. O « rană de iubire » pe care, cu timpul, au învățat s-o aline. Pe care n-o pot accepta, dar cu care trebuie să trăiască. O iubire în care întîlnirea profundă n-a avut loc, dar de care rămîn agățate pentru că în adîncul sufletului mai cred că totul ar fi putut să fie diferit. Iar această iubire, ce-ar fi putut să fie diferită, continuă s-o caute pe lîngă alți bărbați, aproape cu disperare.

După Christiane Olivier[16], fetița se află în primii ani de viață într-o poziție și mai dificilă decît băiatul, căci nu se poate recunoaște nici în tatăl, nici în mama ei. Cum nu posedă atributele sexuale ale nici unuia dintre părinți, viața ei începe într-un adevărat vid de identitate. De aceea, poate, metafora golului joacă un rol atît de important în viața multor femei. Cînd se simt pline lăuntric, sînt fericite; cînd se simt goale lăuntric, nefericite. Pline – atunci cînd au parte de iubire și de atenție, goale – cînd nu au parte de ele. Atît fizic, cît și psihologic, golul și preaplinul, lipsa și excedentul sînt polii în jurul cărora pare condamnată să se învîrtă viața lor: fie au kilograme în plus, pieptul prea plin, fesele prea mari, fie sînt prea slabe, prea plate; fie sînt prea scunde, fie prea înalte. Ori au prea mult din ceva și prea puțin din altceva: fesele prea mari și sînii prea mici, burta prea mare și fesele prea mici; sau o lipsă se explică prin alta: « Dacă aș avea sîni mai mari, cred că aș avea mai mult curaj. »

Bănuim că tăcerea tatălui nu va putea decît să agraveze acest sentiment de gol. Fetița ajunge să creadă că tatăl nu-i vorbește pentru că nu e destul de frumoasă sau de inteligentă și, pe măsură ce timpul trece, golul se umple cu tot mai multe convingeri negative. Pînă la urmă, se simte vinovată de tăcerea tatălui și începe să

se subestimeze: « Nu sînt bună de nimic. Nu sînt interesantă. Niciodată n-am să fiu la înălțime. »

Idealizarea tatălui

Aproape am putea spune că începînd din acest moment tînăra fată începe să-și țeasă destinul amoros, căci, dacă pe de-o parte se subestimează, pe de alta idealizează bărbatul și umple golul cu fantasma prințului din poveste. « Într-o zi, prințul meu va veni » s-ar putea traduce în multe cazuri prin « într-o zi, tatăl meu va veni, îmi va vorbi și în sfîrșit voi exista ca femeie ». Bineînțeles, această fantasmă va transforma primele ei contacte cu bărbații într-o catastrofă previzibilă. Nici un bărbat nu poate înlocui această figură de vreme ce ea este un ideal. Dar fata nu renunță și îl impune bărbaților din jur, chiar și cu prețul mai multor eșecuri, căci vidul pe care acest ideal îl maschează e și mai greu de înfruntat.

Absența tatălui exacerbează visul tinerei fete de-a fi aleasă de un bărbat pe care să-l facă fericit împlinindu-i dorințele. Cînd tatăl a fost absent, aspectul mitic al acestei fantasme nu este niciodată umanizat. Tînăra fată rămîne prizoniera romantismului ei: este o nefericită care așteaptă un salvator sau o prințesă închisă în turn care-și așteaptă cavalerul. În plan psihic, această închisoare de fantasme se exprimă în vise în care fata se visează victima unui vampir sau sechestrată de un personaj gen Barbă Albastră. Plasa fantasmelor are într-adevăr puterea de a vampiriza forța noastră vitală. În cazul de față, libidoul se diluează în reverii romantice în loc să se concentreze într-o iubire reală și posibilă.

Cînd o tînără a crescut fără tată, dorința ei de a fi în centrul atenției o lasă la cheremul propriei fantasmagorii. Am cunoscut mai multe tinere care visau să meargă la Hollywood pentru a fi remarcate de un producător care să le descopere talentul și să le înalțe pe culmile gloriei. Aceste fantasme mitice sînt stimulate de faptul că

în societatea noastră frumusețea feminină este divinizată. Unele manechine celebre n-au trebuit decît să fie frumoase pentru a fi proiectate în prim-planul scenei mondiale.

Trebuie spus că vidul și gîndurile negre care-l însoțesc nu sînt ușor de stăpînit. Timp de mai mulți ani, am tratat o femeie care trăise într-o familie cu mai multe fete. Mama ei suferea de un soi de gelozie morbidă ce se manifesta atît față de grija pe care soțul o avea pentru fete, cît și față de privirile pe care le-ar fi putut schimba cu vecinele. Îi inventa aventuri extraconjugale și făcea crize la ora mesei. Într-un asemenea context, bietul om se simțea, ca să spun așa, castrat. Tăcea mîlc în capul mesei și împărțea cu parcimonie cuvinte și priviri. Pe de altă parte, fetele se întreceau să-i atragă atenția.

N-am fost surprins să aflu din gura pacientei mele că se măritase cu un bărbat la fel de tăcut ca tatăl ei. Cînd am început terapia, trăia cu soțul ei de vreo zece ani. Cuplul avea o fetiță de care tatăl nu se prea ocupa. De trei ani de zile, cei doi nu făcuseră dragoste, iar soțul își petrecea majoritatea serilor în oraș sau refugiat într-un roman SF. În ciuda insatisfacției sale, această femeie mi-a declarat îngrijorată, la sfîrșitul primei ședințe: « Nu vreau să divorțez ! » Nu avea destulă încredere în sine pentru a rupe această relație care o condamna la amărăciune. Ca reacție la tăcerea tatălui, o îndoială permanentă îi intrase în suflet. O voce îi șoptea neîncetat: « N-ai să mai găsești altul niciodată ! » Întreaga ei creativitate era folosită pentru a imagina scenariile cele mai negre și mai nefaste în cazul unui divorț. Desigur, fiica ei se afla în centrul acestor istorii imaginare. O vedea deja adolescentă, nevoită să consulte un psihoterapeut pentru că părinții ei divorțaseră. Asta pînă în ziua cînd a înțeles că fiica ar prefera să urmeze exemplul unei mame curajoase, care înfruntă divorțul, decît pe cel al unei femei care se resemnează. Tăcerea tatălui provocase la această femeie formarea unui complex ce-i dis-

trusese pînă la urmă încrederea în sine. Vocea care îi descria neîncetat acel destin negru era vocea unei prizoniere a complexului patern. Abia după divorț și-a regăsit creativitatea, iar vocile sumbre s-au potolit.

Femeia rănită

Tatăl incestuos

Incestul e una din crimele ce se petrec în tăcere, o tăcere ce ascunde minciuni ucigașe. Comentînd un caz de incest, psihologul Réjean Simard notează că « victima abuzurilor sexuale grave e cel mai serios afectată nu atît în identitatea ei sexuală, cît în faptul de a exista ». Acestor persoane le vine greu să rămînă în contact cu propria lor viețuire și să întrețină relații de intimitate cu cei apropiați. Această dificultate de « a exista » trădează o prețuire de sine care a fost complet distrusă de gestul tatălui. O demonstrează foarte bine exemplul următor.

Într-o carte publicată acum cîțiva ani, Gabrielle Lavallée relatează aventura pe care a trăit-o în cadrul unei secte.[17] Roch Thériault, rebotezat Moise, domina acel grupuscul. Împreună cu cele trei femei ale sale, cu copiii și cu alte două cupluri, el aștepta sfîrșitul lumii, trăind retras într-o regiune izolată din Québec. Gabrielle Lavallée povestește cum acest bărbat sadic și nebun i-a amputat cu cruzime un braț pentru că un deget risca să se infecteze. Ea vorbește despre durerea cumplită pe care a trăit-o în acel moment. Vorbește de asemenea despre viziunile ei. Mai întîi, omul adorat a devenit în ochii ei incarnarea lui Satan, apoi un fel de har a coborît peste ea, eliberînd-o de durere, ca în mărturiile a numeroși martiri. Ochii călăului au devenit atunci însăși privirea lui Dumnezeu. Femeia a crezut că în sfîrșit s-a

făcut dreptatea divină, căci brațul ce-i fusese amputat era același cu care săvîrșise acte sexuale cu tatăl ei. Acesta abuzase de ea pe cînd era copilă. Gabrielle a crezut că va fi în fine eliberată de culpabilitatea ce-o apăsa de atunci. La fel ca numeroase victime ale incestului, se simțea vinovată de agresiunile tatălui ei. Încă din adolescență, căuta o figură paternă care, prin dragostea sa, să-i dea puterea să se ierte și să-și acorde un pic de valoare. Credea că a găsit-o în Moise. El însă, în loc s-o ajute să-și regăsească prețuirea de sine, a mutilat-o. Culpabilitatea intensă pe care o simțea a făcut-o pe Gabrielle să se considere o victimă sacrificată pentru a se purifica de vina din copilărie.
Cînd o fiică este victima incestului, integritatea ei corporală suferă o traumă care o poate împinge să ofere « tuturor bărbaților » trupul pîngărit de tată. Ea însăși se refugiază într-o părticică a ei pe care o păstrează pură și pe care o va oferi unui amant sau unui proxenet. Se crede că majoritatea prostituatelor sînt victime ale incestului.[18] Pentru că nu au fost respectate, nu izbutesc nici ele însele să se respecte. Adesea își urăsc tatăl și pe toți bărbații care le sînt clienți.
În mai mică măsură, întîlnim aceleași probleme – dispreț pentru bărbați și insuficientă prețuire de sine – și la o fată care, fără să fi cunoscut incestul, a avut un tată prea « lipicios », care-o dorea într-un mod prea vizibil. Un asemenea comportament provoacă de regulă dezgustul fetei și o poate face să se închidă în sine, astfel încît devine rece și își ascunde trupul. Într-adevăr, ea trebuie să mențină singură bariera împotriva incestului. Pentru că tatăl nu o face, iar adesea mama nu intervine, va trebui să se apere construindu-și o armură de respingere. Poate de asemenea să devină exhibiționistă – alt mod de a se apăra. Pentru a nu-i aparține tatălui, decide să se ofere privirii tuturor. Vedeta unui film erotic mi-a povestit că în adolescență a mers o dată să-și caute tatăl la birtul unde acesta bea cu prietenii. În fața fru-

museții tinerei, unul din ei a schițat un gest indecent. Atunci tatăl s-a ridicat și, ca s-o protejeze, i-a acoperit pieptul cu brațele strigînd, spre disperarea fetei care nu-l mai auzise vorbind în felul acesta: « Jos labele! E a mea! » Din ziua aceea, și-a pierdut încrederea în tatăl ei și a hotărît să-i arate că nu-i va aparține sexual niciodată.

Tații incestuoși nu sînt întotdeauna cei care credem. Potrivit studiilor, tații care comit incest sînt cei care n-au avut relații afective cu fiica lor pînă la vîrsta pubertății acesteia; sau sînt tați vitregi care, în familii reconstituite, abuzează de fete cu care n-au nici o legătură de sînge. În realitate, relația afectuoasă între fiică și tată, cu cît începe mai devreme, cu atît constituie o mai bună protecție împotriva incestului. Într-adevăr, cine poate dori ca floarea pe care a îngrijit-o atîta timp să fie « stricată » din inconștiență și neglijență?

Dorința de incest. Pentru că le repugnă în chip natural ființelor umane, pentru că dezastrele legate de consangvinitate trebuie evitate și pentru că masculii din hoardele primitive se fereau să aibă conflicte între ei din cauza femeilor care aparținuseră tatălui, incestul a devenit unul dintre tabuurile universale.[19] Rezultatul atîtor milenii de interdicție a fost că el a căpătat o uriașă putere de atracție. Acest potențial energetic se descarcă sub forma unor fantasme intense. Neputîndu-și găsi rezolvare în realitatea concretă, emoția reprimată hrănește imaginația. Crima, un alt tabu universal, exercită același gen de atracție. Iată de ce sîntem fascinați de marile procese de crimă și de romanele polițiste.

Dorința părintelui de a face dragoste cu fiica sau cu fiul său, respectiv a copilului de a face dragoste cu mama sau cu tatăl său se dezvăluie la analiză de îndată ce chestionăm subiecții în profunzime. Insatisfacția sexuală sau privarea de sexualitate a unui părinte o exacerbează. De cele mai multe ori, ea își găsește satisfacția în plan

imaginar și se transformă în fantasma de a face sex cu o persoană mai tînără sau mai bătrînă. Revistele pornografice pentru bărbați exploatează acest filon, prezentînd tinere în uniformă de școlăriță sau femei mai în vîrstă cu sîni voluminoși.

Deoarece, din rațiuni sociale, morale și psihologice, este esențial ca interdicția să fie menținută, o posibilitate de a satisface dorința incestuoasă e trăirea ei indirectă, într-o legătură cu un partener mai bătrîn sau mai tînăr. În felul acesta trăiești situația interzisă, dar sub o formă ce nu aduce condamnarea. În Evul Mediu, bunăoară, căsătoriile zise tradiționale între fete tinere și bărbați mai vîrstnici legitimau această deplasare a dorinței incestuoase. Spulberarea codurilor clasice în societatea noastră favorizează legăturile între bărbați maturi și femei foarte tinere, precum și între femei mai vîrstnice și bărbați tineri. Fenomenul se manifestă și între parteneri homosexuali. Aceste iubiri permit explorarea unor sentimente ce au rămas mult timp interzise. Chiar dacă nu e vorba de un incest propriu-zis, se trăiește într-o metaforă a situației incestuoase, care poate spori intensitatea emoțională a acestor asocieri.[20]

Cred, de asemenea, că destrămarea familiilor și abandonarea de către tată sau mamă a copiilor de vîrstă fragedă îi obligă pe aceștia, practic vorbind, să reia în planul iubirii relațiile deficiente din copilărie. Ei încearcă să-și vindece slaba prețuire de sine pe lîngă o figură ce amintește de părintele absent. Poate fi atunci salutar, pentru o tînără sau pentru un tînăr, să frecventeze o persoană mai experimentată și binevoitoare. Găsește astfel o figură parentală de tranziție care-i susține autonomia. Se înțelege de la sine că experiența este uneori periculoasă.

Incestul afectiv. Problema incestului aduce în discuție tema distanței potrivite dintre un tată și fiica sa. Căci uneori incestul nu e sexual, ci are loc în plan afectiv: tatăl parazitează viața afectivă a fiicei, fiind incapabil

s-o lase să-și trăiască viața proprie. Am avut prilejul să discut cu o tînără de vreo douăzeci de ani despre situația pe care o trăia cu tatăl ei.
Mi-a povestit că la scurt timp după nașterea ei tatăl și-a părăsit familia pentru a urma o carieră artistică. Bea mult, ca să nu spun că era de-a dreptul alcoolic. Cînd fata a ajuns la adolescență, tatăl s-a trezit dintr-o dată, dîndu-și seama că fiica lui există. Pocăit, a reluat legătura cu ea. Dar în loc să obțină în sfîrșit afecțiunea care-i lipsise, fata a asistat la o ciudată răsturnare de roluri. Pur și simplu, tatăl s-a plasat în poziția de fiu în raport cu ea, lăsîndu-și soarta în mîinile ei, ca și cum propria fiică i-ar fi fost mamă. Ea s-a revoltat împotriva acestui comportament: era o povară și mai greu de purtat decît vidul care o precedase. Fata se revolta, dar nu-și manifesta revolta. Tatăl era incapabil să trăiască singur și își învinovățea fiica pentru asta. O șantaja, spunîndu-i: « Mă părăsești în colțul ăsta uitat de lume, mă lași de izbeliște. » Cînd am întrebat-o de ce acceptă un asemenea șantaj, mi-a răspuns: « Nu vreau să-l am pe conștiință dacă moare. Vreau să-l aud că-mi spune: „Nu ești răspunzătoare pentru ce se întîmplă cu mine." » Tatăl nu izbutea să mențină distanța potrivită între el și fiica sa, care la rîndul ei nu izbutea să-și delimiteze propriul teritoriu. Inconștiența tatălui și culpabilitatea fiicei constituiau ingredientele majore ale acestui incest afectiv.
Situația descrisă se regăsește la mulți copii « parentificați » – nevoiți, adică, să devină părinții propriilor părinți. Acești copii nu se pot separa de părinți pentru că sînt prinși în lațul culpabilității. Cel mai adesea, ei întrețin relații afective cu persoane extrem de dependente, care sînt cópii la indigou ale părinților lor. De pildă, tînăra în chestiune scria lucrările universitare ale prietenului ei și nu putea să-l părăsească. Trebuia să se convingă neîncetat că respectivul e o ființă autonomă, capabilă să supraviețuiască separării. Prin

relația cu prietenul, încerca să-și rezolve de fapt problema cu tatăl.

Tatăl puritan

La antipodul tatălui incestuos se află tatăl puritan. În fond, acest puritanism extrem e motivat de aceeași dorință incestuoasă. La tatăl incestuos, există trecere la act; la tatăl puritan, inhibiție a actului. De cele mai multe ori, prin răceala sa, tatăl dorește să-și protejeze fiica împotriva eventualei sale dorințe, ba chiar a reacțiilor sale fiziologice spontane. Dar această răceală și mai ales tăcerea ce-o însoțește pot avea și efecte negative. Ele îi împiedică pe mulți tați să întrețină relații afectuoase cu fiicele lor, iar acestea nu înțeleg întotdeauna comportamentul retractil al tatălui.

Într-adevăr, în marea majoritate a cazurilor, tatăl nu se atinge de fiica sa adolescentă și nici nu-i vorbește. Din momentul în care ea ajunge la pubertate, tatăl nu mai știe sau nu mai poate să-i spună: « Ești frumoasă și vreau să știi că te iubesc », fără ca ambiguitatea acestor cuvinte să nu-i provoace o profundă indispoziție – cu atît mai mult cu cît are adesea tendința de a sexualiza orice semn de afecțiune sau de tandrețe față de femei. Pentru acel tată, sensibilitatea este o lume atît de stranie, încît el are tendința să confunde tandrețea cu sexualitatea, căldura umană cu febra iubirii. Prin tăcerea sa, tatăl e pe cale să-i provoace fiicei adolescente prima și cea mai mare suferință din iubire.

Numeroase femei povestesc că aveau cu tatăl lor relații absolut normale, cînd brusc, pe la treisprezece–paisprezece ani, lumea lor s-a răsturnat. Într-un text publicat într-o revistă feministă, poeta canadiană Hélène Pednault își povestește copilăria alături de un tată care o lua la pescuit și la vînătoare. Era mîndră de această relație specială. Se simțea încrezătoare și iubită. Dar, de la o zi la alta, tatăl i-a interzis să se mai suie pe genunchii lui și să-l sărute. Scriitoarea ne mărturisește disperarea pe

care a simțit-o atunci; n-a înțeles absolut nimic din atitudinea tatălui ei. Acesta, încercînd s-o protejeze, rănise erosul incipient al fiicei sale pubere.

Dacă se temea de propriile-i reacții, tatăl era desigur îndreptățit să interzică fiicei să-i stea pe genunchi. Totuși, dacă ar fi știut că o explicație poate transforma o traumă potențială în contrariul ei, ar fi adoptat probabil o atitudine diferită. Psihoterapeuta franceză Dominique Hautreux afirmă că multe suferințe ar putea fi evitate dacă tatăl și-ar da pur și simplu osteneala să-i spună fiicei sale: « Ești frumoasă și ești pe cale să devii femeie. Vei fi dorită de bărbați, și eu însumi sînt bărbat. Aș prefera să păstrăm între noi o anume distanță. » Aceste cuvinte i-ar confirma fiicei că poate intra în lumea dorinței pentru că poate plăcea unui bărbat. În aceste cuvinte, ar găsi multașteptata confirmare a diferenței sexuale. Nu trebuie să uităm niciodată că tăcerile pot acționa ca niște adevărate acte de violență, capabile să zdruncine dezvoltarea tinerei fete pe cale să devină femeie.

Cînd cuvintele nu sînt spuse, cînd tatăl puritan nu-și explică purtarea, fiica suferă. Cînd ea începe să devină femeie, cînd sînii ei capătă formă, cînd rotunjimile i se împlinesc, cînd e mîndră că în sfîrșit seamănă mamei, un bărbat, prin tăcerea lui, îi spune că atributele ei i se par periculoase.

Tînăra fată puberă are atunci două tipuri de reacție. Fie își pune farmecele în evidență pentru a seduce și a atrage atenția, fie, dimpotrivă, încearcă să refuze diferența sexuală purtînd veșminte largi care să-i ascundă rotunjimile feminine.

Evident, mulți bărbați confundă dorința de incest cu ceea ce am putea numi *eros patern*, prin care înțeleg o capacitate de a intra în relație, o capacitate de iubire personalizată, de căldură și de afecțiune din partea tatălui. Nu este vorba de sexualitate, ci de afecțiune. Îmi amintesc de profesorul Adolf Guggenbühl[21], care afirma că

nu e rău să existe un mic flirt între tată și fiică dacă tatăl știe să marcheze clar limitele.

Cînd tatăl nu e complet absorbit de munca lui, cînd și-a dezvoltat sensibilitatea suficient pentru a recunoaște importanța relațiilor individuale și cînd știe să facă diferența între *eros* și dorința de incest, nu-i va fi greu să aibă cu fiica sa relații călduroase și afectuoase. Cînd fetița e foarte mică, acest eros va trezi în ea dorința de a se mărita cu tatăl; fetița vrea să-i întoarcă tatălui un pic din iubirea și afecțiunea pe care el i le dăruiește. Mai tîrziu, primele tentative de seducție ale fetei îl vor avea drept țintă tot pe tatăl ei. Ajunsă în acest stadiu, ea știe că tatăl nu va fi bărbatul vieții ei, dar încă are nevoie de el, de sentimentele și de afecțiunea lui, pentru a-și cîștiga dreptul la propriile dorințe și la propria-i viață sentimentală.

Nu-i greu de înțeles că erosul patern, cînd se manifestă în mod adecvat, este un factor determinant în evoluția unei fete. El ajută la dezvoltarea unui animus pozitiv, care susține încrederea în sine și spiritul de inițiativă. Deși par să existe tot mai mulți tați conștienți de rolul lor, ei rămîn în minoritate. Puțini sînt cei capabili să ofere fiicelor lor darul unei prezențe afectuoase și permanente. Așa cum am văzut, predomină mai curînd tatăl absent. Indiferent că e absent fizic, absent cu gîndul, distant sau de-a dreptul abuziv, relația pe care i-o oferă fiicei sale o rănește, iar ea va adopta comportamente reprezentînd reacții la suferință, dar care n-o vor vindeca.

Fiicele tăcerii

În cartea intitulată *Fiica tatălui său*[22], psihanalista americană Linda Shierse-Leonard descrie diversele atitudini pe care le adoptă femeile ca reacție la trauma provocată de tată. E vorba de tot atîtea modalități de a atrage atenția bărbatului atunci cînd relația tată–fiică a lăsat un mare gol. Clasificate în tipuri psihologice, asemenea

femei pot rămîne « eterne adolescente » sau, dimpotrivă, devin « amazoane ». În aceste portrete nu trebuie totuși să vedem categorii fixe și imuabile: o femeie se poate recunoaște în mai multe tipuri, cu trăsături dominante dintr-unul și cu aspecte minore din altele. Vă invit să urmărim împreună clasificarea psihanalistei americane.

Eternele adolescente. Cînd tatăl le-a lipsit de sprijin în dezvoltarea lor psihologică, fiicele rămîn prizonierele nevoii de a plăcea sau adoptă o atitudine de revoltă. Se închid în lumea lor interioară ori, ca băieții, își construiesc o armură. Refuză orice cochetărie sau încearcă, dimpotrivă, să semene cu fetele evanescente din reviste, neglijînd femeia reală, cea care se naște și îmbătrînește, care iubește și moare. Adevărata lor personalitate nu se actualizează.

La fel ca Frumoasa din pădurea adormită, care face din pasivitate o virtute, sau ca Cenușăreasa, care se mulțumește cu un rol subaltern visînd la prințul cel frumos, *eternele adolescente* renunță la potențialul lor cu scopul de a plăcea bărbaților. Femei măritate sau femei fatale, gospodine perfecte sau muze cu destin tragic, ele au o trăsătură comună: se trădează pe sine și își construiesc identitatea pornind de la imaginea pe care ceilalți, în special bărbații, o proiectează asupra lor.

Eterna adolescentă își exprimă refuzul de a crește lăsîndu-i pe alții să traseze liniile principale ale vieții și destinului ei. Îi este foarte greu să ia inițiative și hotărîri. În loc să acționeze în propriul ei interes, preferă să se adapteze la schimbările pe care viața sau bărbații le hotărăsc pentru ea și se refugiază într-o lume de fantasme cînd situația devine prea greu de controlat.

Linda Shierse-Leonard distinge patru tipuri de *eterne adolescente*. Cel mai adesea întîlnim *păpușica dulce*, « s-o mănînci din priviri », la brațul unui bărbat de succes. Pare mîndră și încrezătoare, calități ce pot chiar să provoace invidia celorlalte femei, ea însă *știe* că totul

nu e decît o fațadă. Mînuită de soț, a devenit un fel de marionetă care continuă să placă în ciuda zbuciumului lăuntric. Pe măsură ce îmbătrînește, *păpușica dulce* își maschează din ce în ce mai greu resentimentul și amărăciunea. O mînie de care este adesea inconștientă o face să-și acuze partenerul, rămînînd totuși pasivă și dependentă. Alteori, dimpotrivă, sfîrșește prin a inversa rolurile și ajunge ea să-și manipuleze soțul, uzînd de blîndețe și farmec. Marile seriale americane, ca *Dinastia* sau *Dallas*, sînt pline de asemenea păpuși seducătoare, care ne fascinează cu răceala și duplicitatea lor.

Astfel de comportamente reflectă cel mai adesea angoasa unei femei care a fost neglijată de tatăl ei. Acesta i-a apreciat doar farmecul și frumusețea, în timp ce talentele și calitățile ei l-au lăsat indiferent. Pentru a ieși din cercul dependenței și a-și dobîndi propria putere, ea va trebui să accepte să-și sfărîme imaginea de fetiță fermecătoare și să riște să displacă afirmîndu-și ideile și talentele.

Celelalte tipuri de eterne adolescente urmează cam același tipar. *Fata de sticlă*, invocînd pretextul fragilității și al hipersensibilității, se refugiază în cărți sau în lumi imaginare, devenind astfel un fel de fantomă a celei care este. *Seducătoarea* trăiește în lumea neprevăzutului și în bucuria momentului prezent. Planurile ei se schimbă din oră în oră. Vrea să trăiască în mod instinctiv și fără nici o constrîngere. Combustibil pentru focul iubirii, ea refuză orice gen de responsabilitate și de obligații și, la fel ca lui Don Juan, îi vine foarte greu să se angajeze într-o relație durabilă. Această existență improvizată este revolta unei femei care a fost aservită de mamă și neglijată de tată. Dar ea n-a căpătat simțul propriei valori, iar revolta o împiedică să realizeze o relație adevărată cu bărbatul pe care-l iubește. În fine, *marginala* se identifică cu un tată ajuns obiect de rușine, un tată care s-a revoltat împotriva societății sau a fost respins de aceasta. Mama a preluat sarcina organizării

familiale, dar fetița a fost mișcată de drama tatălui. Pentru că adesea are același caracter autodistructiv, destinul ei va semăna cu al tatălui. În orice ocazie, simte nevoia să critice și să-și afirme diferența. Se schimbă greu sau pur și simplu refuză să se schimbe. Dar nici nu vrea să acționeze pentru a schimba societatea și relele ei. Atitudinea *marginalei* este echivalentă cu un soi de inerție care-o împinge la alcoolism, drog, prostituție sau sinucidere. Adesea se prăbușește în deprimare și masochism, plîngîndu-și viața ratată și relațiile compromise. Avînd convingerea profundă că e un nimeni și că nu valorează nimic, caută un Dumnezeu care va fi pentru ea totul.

În practica mea terapeutică, am constatat că *marginalele* au fost adesea agresate sexual de tatăl bun sau de cel vitreg. În urma acestor agresiuni, nu mai izbutesc să se iubească și să se respecte. Într-un documentar despre tineri sinucigași difuzat la Radio-Québec, o adolescentă povestea drama Lindei, prietena ei cea mai bună. Linda, care fusese violată de tatăl ei vitreg între doisprezece și paisprezece ani, îi spunea adesea că « pînă și o ladă de gunoi merită mai multă iubire și respect decît ea ». A devenit prostituată. Se « specializase » în fantasmele de dominație: își bătea clienții, îi acoperea cu insulte și vulgarități. Două săptămîni înainte de sinucidere, telefonîndu-i maică-sii pentru a-i cere iertare, aceasta i-a răspuns: « Ca mamă pot să te iert, dar ca femeie, niciodată! » Mama nu înțelegea drama lăuntrică a fiicei. Linda avea nevoie de iertarea maternă pentru a-și continua viața, căci, așa cum am văzut în cazul Gabrielle Lavallée, victima incestului se simte adesea vinovată pentru gestul căruia i-a fost victimă.

Eterna adolescentă simte nevoia să placă cu orice preț. Strategia ei de supraviețuire e să atragă privirea bărbaților prin toate mijloacele. Dacă nu e o marginală disperată care nu se mai agață nici măcar de această iluzie, strategia ei se poate rezuma cam așa: să te arăți, să te

faci apreciată, să te faci dorită și... să te lași înșelată! Adesea, *eterna adolescentă* preferă un terapeut bărbat pentru a găsi, în fine, privirea care s-o particularizeze. Înțelegem astfel cît de mult i-a lipsit privirea tatălui pentru a o diferenția de mamă și a-i confirma valoarea ca ființă. Există riscul să se îndrăgostească de terapeut. Mult timp am considerat că e tragic ca o femeie să descopere iubirea și înțelegerea în cabinetul unui psihanalist. Cu vremea, am înțeles că pentru anumite ființe iubirea se poate naște doar aici, în siguranța cabinetului, unde nimeni nu le judecă. Cu stricta condiție ca terapeutul să mențină bariera incestului și să nu existe trecere la actul sexual, relația pacientei cu el pregătește terenul pentru adevărata iubire, pe care o va trăi cu un alt bărbat. Terapeutul va fi fost atunci o figură paternă de tranziție.

Amazoanele. Pentru a supraviețui traumei lăsate de tată, *amazoanele* procedează exact invers decît *eternele adolescente*. În loc să-și spună: « O să-l seduc, iar cînd își va opri privirea asupra mea voi ști că valorez ceva », amazoanele gîndesc: « O să-i dovedesc că valorez ceva pe propriul lui teren. » O femeie care a trăit sub teroarea unui tată tiranic va încerca să reușească în lume uzînd de aceeași autoritate despotică; ea le va face celorlalți ceea ce tatăl i-a făcut ei, le va impune ceea ce el i-a impus. *Amazoanele* perpetuează trauma provocată de tată în loc să încerce s-o vindece. Oare nu asta făceau și amazoanele din legendă cînd, dintr-o aceeași pornire, îi respingeau pe bărbați și își tăiau un sîn? Simbolic, amazoanele moderne își taie și ele un sîn; adoptînd haine și purtări bărbătești, se rup de propria lor feminitate.

Eternele adolescente suferă de pasivitate, iar *amazoanele* de hiperactivitate; unele par incapabile să acționeze în propriul lor interes, celelalte nu pot fi nici măcar receptive. În timp ce *eternelor adolescente* le-ar plăcea

să transforme viața într-un șir de zile vesele și senine în care să scape de orice responsabilitate, *amazoanele* devin femei ale datoriei și ale principiilor. În loc să caute privirea bărbaților, cum fac seducătoarele, ele resping avansurile masculine și merg uneori pînă la a disprețui întregul neam bărbătesc.

Psihanalista June Singer[23] o descrie astfel pe amazoana modernă: « Amazoana este o femeie care a adoptat caracteristicile asociate în general temperamentului masculin și identificate cu puterea masculină. Simultan, renunță la capacitatea sa de a stabili relații afectuoase, capacitate care, de regulă, a fost asociată cu feminitatea. În consecință, amazoana care preia puterea, negîndu-și capacitatea de a se lega afectiv de alte ființe, rămîne unidimensională și devine victima caracteristicilor pe care a vrut să le acapareze. »

Printre *amazoane*, aceea pe care Linda Shierse-Leonard o numește *superstar* e genul de femeie care încearcă să izbutească în toate. Extrem de muncitoare, ar vrea să fie și soție perfectă, și femeie ideală. Ea încearcă să reușească acolo unde tatăl ei a eșuat. Numai că, în acest ritm, devine rapid insensibilă. Strivită sub povara responsabilităților, obosită, femeia *superstar* pierde orice contact cu emoțiile sale; curînd, nimic nu o mai poate mișca, nici în lumea ei lăuntrică, nici în lumea exterioară. După o vreme, succesele și realizările nu-i mai sînt suficiente pentru a da un sens existenței. În acest stadiu, sătulă parcă de toate, femeia *superstar* devine rece și cinică, dar e pîndită de o gravă depresie. Căci de fapt sub răceala și cinismul ei se ascunde teama de a fi respinsă. Parcă și-ar spune: « Cea mai bună metodă ca să nu fii dezamăgită niciodată e să nu aștepți nimic de la nimeni. » După Linda Shierse-Leonard, în multe cazuri femeia *superstar* a avut un tată care o trata ca pe un băiat în care și-ar fi investit propriile ambiții neîmplinite. În loc să-i respecte diferența sexuală, tatăl i-a hotărît o viață și un destin masculine.

Al doilea tip de *amazoană* este femeia datoriei și a principiilor: *fata ascultătoare*. Simțul datoriei i-a fost inculcat de o structură familială și religioasă foarte rigidă. Cînd nu ascultă de acest model familial, se simte profund vinovată. Asemenea femei au pierdut orice contact cu spontaneitatea și cu originalitatea lor. Unele călugărițe habotnice reprezintă de minune acest tip de femei, prizoniere ale complexului patern.

Am cunoscut o femeie care avusese un tată autoritar din care făcuse un zeu. Trebuind, din cauza decesului mamei, să-i poarte de grijă de timpuriu, ea și-a fixat drept misiune să-l salveze din ghearele tristeții. În forul ei lăuntric, era măritată cu tatăl ei. A păstrat mult timp trăsături de fetiță, căci nu avea acces la propria ei autoritate. Se simțea neînsemnată, măritată cu un ideal care o strivea.

Femeia datoriei și a principiilor a dat naștere unui alt tip de *amazoană*, bine cunoscut de noi toți. Este *femeia martir*, ce înalță la rang de artă devotamentul și sacrificiul de sine, corespunzînd perfect imaginii pe care ne-o facem despre propriile noastre mame. Această femeie se devotează total soțului și copiilor, unei cauze sau unei religii, ca și cum n-ar avea dreptul să se gîndească și la sine. Dar toate nevoile refulate găsesc, pentru a se exprima, căi ocolite: suspine, toane, tăceri și reproșuri – ecouri ale unei suferințe pentru care copiii și cei din jurul ei vor plăti.

În sfîrșit, *amazoana* culminează în figura *reginei războinice*, ce se opune cu forță și hotărîre iraționalității tatălui, pe care-l consideră un degenerat. Ea va ajunge la o insensibilitate radicală, interzicîndu-și în primul rînd și mai ales să iubească. Această figură îmi aduce aminte de crezul acelor femei extremiste care consideră că a face dragoste cu un bărbat reprezintă « o muncă neremunerată ». O asemenea rigiditate este la fel de irațională ca atitudinea tatălui, care a provocat-o. Chiar dacă tatăl ar fi fost nebun, iresponsabil sau degenerat,

reacția fiicei trădează pînă la urmă aceeași nebunie și lipsă de măsură. Ea cultivă o forță dură și fără bucurie, în care totul devine corvoadă, în care toate momentele vieții devin bătălii ce trebuie cîștigate. Nu mai există clipe meritînd să fie savurate, receptivitatea însăși este confundată cu pasivitatea și astfel femeia profundă e suprimată.

Mama și fiica

O relație de ură–iubire

Această carte fiind consacrată înțelegerii relațiilor dintre bărbat și femeie, mi-am limitat analiza la relațiile tată–fiică și mamă–fiu. Totuși, așa cum spuneam în capitolul precedent, copilul trăiește mai curînd într-un spațiu triunghiular tată–mamă–copil decît pe axele limitate tată–fiică sau mamă–fiu. Îmi permit prin urmare să adaug cîteva considerații despre relațiile mamă–fiică.[24]

Așa cum am spus, atenția tatălui o confirmă pe fiică în diferența ei sexuală. Prezența lui îi permite să se separe și să se diferențieze de mamă. Tatăl o ajută să-și cîștige individualitatea de femeie. Constatăm însă în practica medicală că, atunci cînd relațiile tată–fiică au fost neglijate, ele afectează nemeritat relațiile mamă–fiică, astfel că întîlnim adesea femei care întrețin o relație extrem de ambiguă cu figura maternă. Am putea spune că își iubesc și în același timp își urăsc mama. Această iubire–ură s-ar putea formula în felul următor: « Îmi iubesc mama pentru că e singura care mi-a dat atenție, dar o urăsc pentru că mi-a cerut prea multe. Mi-a controlat notele la școală, lungimea fustelor sau pieptănătura. S-a amestecat și încă se mai amestecă în toate. Sînt sătulă de maică-mea! »

Cum să înțelegem asemenea cuvinte? Mai întîi, trebuie spus că părintele de același sex are adesea exigențe mari față de copilul său. Acesta îi pune în față o oglindă în care el se simte tentat să-și caute chipul dorințelor și ambițiilor neîmplinite. O atare situație tinde să se transforme într-o robie pentru copil, căci visele părinților pot deveni închisori sufocante. Or, impunînd atîtea limite libertății femeilor, contextul patriarhal a creat cadrul ideal pentru ca visele frustrate ale mamelor să blocheze formarea individualității fiicelor. De aceea, atitudinea ambivalentă a fiicei e provocată în parte de faptul că mama dorește inconștient ca fiica să fie *totul* pentru ea. În schimb, mama va încerca *să fie totul* pentru fiica sa. Ea dorește să fie cea mai bună mamă și în același timp un model de femeie evoluată. Devine astfel o prezență sufocantă: cere mult de la ea însăși, dar cere în schimb prea mult de la fiică. Va sfîrși prin a-i reproșa că nu-i face destule confidențe și că nu e destul de apropiată de ea. Mama ar vrea să fie o prietenă pentru copilul ei, uitînd că mai întîi de toate este mamă și că unui părinte copilul nu-i poate arăta chipul lui adevărat. Singura ei șansă este să-i dea fiicei posibilitatea să-și spună propria părere despre evenimentele din familie: va înțelege astfel de ce îi încalcă intimitatea, deși îi vrea tot binele din lume.

Un moment crucial în relația mamă–fiică are loc atunci cînd fetele împlinesc vîrsta fatidică de paisprezece ani. Este momentul în care numeroase mame constată cu spaimă prăpastia apărută între ele și progenitura lor. Cînd fiicele încep să le dea de înțeles părinților că mai important decît ei este grupul lor de prieteni, multe mame nu știu să se dea la o parte. Încasează respingere după respingere, frustrare după frustrare, fără să înțeleagă că datoria lor maternă se apropie de sfîrșit și că e timpul să regăsească în ele femeia uitată. Pubertatea copiilor le oferă, într-adevăr, ocazia unică de a se regăsi pe sine și de a relua legătura cu individualitatea lor ne-

glijată. Adolescența unei fete este pentru mamă o încercare grea, fără vreo șansă de rezolvare pozitivă atîta timp cît mama nu învață să-i redea fiicei libertatea și să aibă încredere în ceea ce i-a dăruit deja.

Relația cu tatăl absent

Marea ingratitudine a destinului face ca, într-un asemenea context, să întîlnim adesea femei care, deși abia și-au cunoscut tatăl, întrețin cu el o relație interioară mai pozitivă decît cu mama care le-a crescut. Tatăl absent a fost idealizat și rămîne un punct de sprijin central în sufletul acestor femei.

O pacientă, copil fiind, nu-și vedea tatăl decît o dată la cîteva luni, din cauza serviciului acestuia. Ani de zile, de fiecare dată cînd tatăl venea acasă, fetița insista ca mama s-o îmbrace cu aceeași rochie peticită, cîrpită și rămasă mică. Dacă mama refuza, făcea crize. Motivul era simplu. Mama îi spusese că tatăl o place în rochia aceea, frază ce i se întipărise în minte cu litere de neșters. Fiica avea atîta nevoie de privirea aprobatoare a tatălui, încît voia s-o cîștige prin toate mijloacele. Ajunsă la vîrsta adultă, întreținea o relație tipic ambivalentă cu mama, de care făcea mari eforturi să se distanțeze, și îl idealiza pe tatăl care nu-i cerea nimic.

Să adăugăm că multe tinere femei au primit un mesaj matern potrivit căruia trebuie să-și cîștige singure independența și nu trebuie să conteze pe bărbați. Impresia lor este că trebuie să-și cîștige independența *împotriva bărbaților*, pentru a respecta lupta celor care le-au precedat. În taină, ele tînjesc după iubirea unui bărbat și doresc să se abandoneze în brațele lui, dar în același timp condiționarea la care au fost supuse le spune că nu e corect să se comporte astfel. Adesea, încrederea lor față de idealul matern se clatină și se simt vinovate față de mamă, căutînd în comportamentul ei slăbiciuni care să legitimeze relaxarea unei norme interioare prea aspre.

Așa cum spuneam mai devreme, între tată și fiică există un anume raport de seducție care trebuie respectat. Căci dacă tatăl influențează formarea animusului fiicei, nu trebuie să uităm că fiica încearcă, la rîndul ei, să întruchipeze anima tatălui pentru a se apropia de el. Și astfel se țese o legătură privilegiată, de la inconștient la inconștient. Fiica va cultiva această complicitate ascunsă și misterioasă, aparținînd lumii animei, care o ferește de animusul exigent al mamei. Ea se străduiește să-și *ghicească* tatăl și devine uneori singura capabilă să pătrundă în lumea lui interioară; pot lua naștere astfel atașamente dramatice care o vor opune pe fiică mamei sale.

Relațiile dintre mamă și fiică se pot complica și atunci cînd fiica iubește la tată ceea ce mama detestă. O femeie de vreo douăzeci de ani mi-a povestit că mama îi reproșa tatălui că e slab și sensibil, adică tocmai ceea ce fiica iubea la el. Fiica iubea această vulnerabilitate pe care o avea și ea. Altă femeie mi-a povestit că a început să iubească sportul pentru că tatăl ei, de obicei rezervat, se manifesta spontan în fața televizorului, la meciurile de fotbal. Fiica le privea împreună cu el pentru a participa la această explozie de emoție. Cunosc de asemenea fiice care cultivă de-a lungul întregii lor vieți un talent ascuns al tatălui. E o modalitate de a rămîne legate de el și de a-i cinsti prezența pozitivă.

Cînd fiica simte că înțelege mai bine sensibilitatea tatălui, în timp ce mama nu-și înțelege soțul, între fiică și mamă se dezvoltă un raport de rivalitate inconștient. Am constatat că, la unele femei, această competiție ascunsă urcă la suprafață la începutul vîrstei adulte și se exprimă prin alegerea unor amanți de vîrsta tatălui, pentru a-i dovedi mamei că valorează la fel de mult ca ea și că-i înțeleg mai bine pe bărbați. De asemenea, în cazul unui divorț, e un mod de a-i spune mamei că ele ar fi știut să-și păstreze bărbatul și să evite o asemenea ruptură. Reproșurile nespuse ale fiicelor față de mame se exprimă uneori în felul acesta.

Într-un asemenea context, mama ajunge repede într-o situație insuportabilă, pentru care am multă compasiune. Dacă relația cu fiica este pozitivă și călduroasă, aceasta cîștigă multă încredere în sine, dar îi vine greu să se elibereze de o iubire care sfîrșește prin a o strivi. Dacă, dimpotrivă, relația cu mama este proastă și nici pe tată nu se poate sprijini în compensație, fiica se va simți neglijată și părăsită. Va cultiva înlăuntrul ei sentimentul că nu are dreptul să existe.

Le admir pe mamele care au reușit să rezolve această problemă insolubilă. Relațiile cu fiicele lor nu par minate de asemenea contradicții subterane. Desigur, la asta contribuie mult și faptul că în societatea noastră femeile au și alte căi de realizare decît maternitatea. Mamele au mai puține visuri neîmplinite de investit în fiicele lor. În consecință, vedem tot mai multe relații mamă–fiică consumîndu-se în înțelegere și respect reciproc.

Opresc aici aceste considerații, pe care le voi relua în detaliu cînd mă voi ocupa de relațiile mamă–fiu. Deocamdată, să vedem dacă cele spuse în acest capitol ne ajută să înțelegem mai bine ce se întîmplă între *Ea* și *El*.

Ea și El în salon

***Ei* i-a lipsit atît de mult grija tatălui, încît acum are nevoie de privirea unui bărbat pentru a-i confirma propria existență. Neglijența paternă i-a lăsat un vid interior și o lipsă de încredere în sine ce o transformă într-o sclavă a nevoii de a plăcea și de a fi dorită. Carența asta îl înfricoșează pe partener, căci *El* nu știe cum să umple hăul fără fund. Cînd o ființă poartă în sine un asemenea vid, ea nu va înceta să le ceară celorlalți să-i confirme propria existență.**

În relația de cuplu, aceste lacune se manifestă printr-o posesivitate care s-ar traduce astfel: «Privește-mă! Nu mă privi decît pe mine! Spune-mi că exist și că celelalte nu există!»

***Ea* visează o situație în care afecțiunea partenerului să-i deschidă ușile iubirii. Încearcă prin toate mijloacele să-l înțeleagă, așa cum îl**

înțelegea pe tatăl ei. Dorește să-l facă fericit pentru ca *El* să-i răspundă prin romantism și astfel să-i deschidă drumul libertății. Însă de fiecare dată cînd vrea să se apropie de el, *El* se înfricoșează. *Ea* rămîne frustrată și singură, iar în urechi îi răsună cuvintele animusului negativ triumfător: «Ți-am spus eu! Nu e un bărbat bun pentru tine!» Respinge aceste vorbe ce par să iasă din gura mamei ei. Încearcă să cîștige timp și își ascunde nemulțumirea refugiindu-se în speranțe de schimbare.

Iată cum apare *femeia care iubește prea mult.* Vom vedea și cum apare *bărbatul care se teme să iubească.* Dar mai întîi, să vedem cum poate o femeie să-și aline rana deschisă în ea de neglijența tatălui.

Vindecarea de tată

Drama fetei cuminți

Aș vrea să indic în continuare cîteva atitudini care-i permit fiicei să se vindece de trauma pe care i-a provocat-o tatăl și de rezultatul ei – așteptarea prințului din poveste. Voi trata în primul rînd tema agresivității și cea a prețuirii de sine. Să începem cu drama *fetei cuminți* – fata întotdeauna amabilă.

În cartea intitulată *Drama copilului înzestrat*, psihanalista germană Alice Miller explică foarte bine cum apare o problemă narcisistă la copilul insuficient apreciat de părinți. Acest copil nu se adaptează: se supraadaptează. El își dezvoltă antene pentru a înțelege cererile celor din jur mai înainte ca ele să fi fost formulate. Această hipersensibilitate față de așteptările celorlalți are drept scop să cîștige aprecierea lor și să-i consolideze amorul-propriu. Este ușor de înțeles că el devine astfel sclavul unei atitudini care-l va face pînă la urmă să renunțe la puterea lui personală și să trădeze toate aspectele originale ale personalității sale numai pentru că acestea riscă să displacă celorlalți. Poate sfîrși chiar prin a dezvolta

o falsă personalitate, aflată în totală contradicție cu eul său veritabil.
E cazul fetei cuminți – prizonieră a unui complex patern atît de puternic, încît creativitatea ei nu se mai poate exprima. Este amabilă și plăcută, dar nu se respectă pe sine.

Frumoasa din pădurea adormită. Îmi revine în minte cazul unei tinere femei de vreo treizeci de ani pe care am consultat-o la Zürich, în timp ce eram la studii. Era cadru universitar și hotărîse să-și ia un concediu sabatic. Se izolase în apartamentul ei pentru a se gîndi la o nouă orientare profesională și pentru a-și cultiva talentele artistice. Dar pauza începea să semene tot mai mult a depresie, și femeia nu izbutea să se apuce de lucru. Era înaltă, frumoasă și foarte inteligentă. Însă ceva lăuntric o făcea să nu poată vorbi. Uneori, ședința de analiză trecea fără ca ea să scoată un cuvînt. Un soi de somnolență plutea adesea în cabinet și, în sinea mea, o numeam « Frumoasa din pădurea adormită ».
Situația devenea din ce în ce mai neplăcută. Mă loveam încontinuu de gardul de spini care o proteja pe frumoasa mea adormită. Toate interpretările mele păreau să treacă pe-alături. Nu rata de altfel niciodată ocazia să mi-o spună, cu oarecare ironie. În copilărie petrecuse mult timp izolată în camera ei sau chiar băgată în dulap. La cererile ei de atenție deghizate în capricii și șotii, tatăl îi răspundea invariabil: « Du-te în camera ta! » Acum, cînd tatăl era mort, ea repeta același comportament, de data asta sub presiunea complexului patern negativ.
Tatăl, tot un intelectual, nu reușise să se apropie de cele două fiice ale sale. Prezența lor îl tulbura. Avea de altfel un comportament foarte ambiguu în materie de sexualitate. Umbla prin casă îmbrăcat sumar, dar nu tolera ca fiicele lui să apară în cămașă de noapte. Bătea uneori cu coada măturii în tavan cînd își auzea vecinii de

deasupra făcînd amor. Asemenea demonstrații nu prea sînt de natură să favorizeze trezirea erosului la o tînără fată. Istoria amoroasă a pacientei mele confirma de altminteri această interpretare. Cunoscuse cîțiva bărbați, dar toți fuseseră ființe dependente, victime ale alcoolismului sau ale consumului de droguri. Pentru că-i lipsea amorul-propriu, de fiecare dată alegea la fel. În general credea că bărbații o doreau doar pentru relații sexuale, doar pentru « așternut », cum se spune în limbaj popular. Aștepta un bărbat care să-i descopere adevărata valoare și cu care să aibă o relație afectuoasă. Neglijîndu-și ideile creatoare, aștepta. Spiritul de inițiativă, fermitatea, tot ce i-ar fi permis să intre în lume și să se afirme rămînea adormit. Aștepta. Aștepta, deși era destul de inteligentă ca să știe că nu era nimic de așteptat și că trebuia să treacă la fapte. Cum se întîmplă adesea într-o situație atît de dificilă, un vis a luminat-o:

Se află într-un mic magazin de lenjerie feminină și nu știe ce bikini să aleagă. Vînzătoarea îi recomandă unul îndrăzneț, sexi, foarte colorat și care-i vine de minune. Încîntată și foarte fericită, se hotărăște să-l cumpere. Iese din magazin, coboară treptele, se întoarce și își vede tatăl în susul scărilor. Înțelege atunci că el e proprietarul magazinului. Tatăl împinge o roabă cu ciment proaspăt și o varsă pe trepte. Visul se termină cînd ea are picioarele prinse în ciment.

Acest vis demonstrează clar acțiunea complexului patern negativ asupra unei femei. În ea se născuse un adevărat conflict: spontaneitatea și nevoia ei de a-și exprima talentele se opuneau complexului care-i interzicea să fie altceva decît o intelectuală rezervată. Fantezia acestei femei și bucuria ei de a trăi erau închise în acel magazin al cărui proprietar nu era nimeni altul decît tatăl ei. Dacă lăuntric ea poseda capacitatea de a simți ce este bun pentru ea, cînd încerca să se exteriorizeze complexul negativ intervenea, cenzurînd-o. Se simțea

atunci paralizată, ca și cum picioarele i-ar fi fost prinse în ciment, și nu mai putea nici să dea înapoi, nici să înainteze.

La fel se întîmpla cu ceea ce ținea de senzualitatea ei. I-ar fi plăcut să provoace dorința bărbaților cu acel bikini, pentru a avea în sfîrșit confirmarea identității ei de femeie, dar tatăl lăuntric îi interzicea să-și arate farmecele, la fel cum în copilărie îi interzicea să umble prin casă în cămașă de noapte. În fond, încă mai asculta porunca tatălui: « Du-te în camera ta! »

Dar ce făcea tînăra izolată în apartament, la fel cum, cu ani în urmă, rămînea izolată în camera ei de copil? Visa! Animusul ei negativ, și el prizonier al complexului patern, se transformase, cum ar spune psihanalista Marie-Louise von Franz[25], într-un soi de « cocon de vise », un conglomerat de dorințe și de judecăți categorice care definesc lumea *așa cum ar trebui să fie*. Prin urmare, ruptă de realitate și de viața activă, femeia visa. Visa că e o mare muziciană, dar nu făcea muzică. Degeaba încercam s-o stimulez cu o interpretare, nu reușeam. Nimic nu se prindea de ea. Lipsea cu desăvîrșire un ingredient, și anume agresivitatea. Unde era mînia împotriva tatălui și a propriului ei destin? Nu părea să cunoască mînia, sau cel puțin nu în mod conștient. Unde dispăruse *umbra* acestei femei amabile?

Mi-am amintit atunci ce-mi spusese pe tema seducției. Îmi povestise că simțea adesea dorința bărbaților ca pe expresia unui adevărat dispreț față de ea. Explorînd împreună această temă, am înțeles că le atribuia bărbaților o ostilitate generală față de femei. Deci se temea să se apropie de bărbați, și mai ales de cei riscînd să fie la aceeași nivel cu ea, deoarece prin criticile lor ar fi putut distruge puțina prețuire pe care și-o acorda. Iată de ce alegea numai ratați.

La fel se explica și lipsa aproape totală de agresivitate. Își proiecta asupra bărbaților mînia de femeie ignorată

de tatăl ei. Această mînie era atît de profundă și îi amenința într-o asemenea măsură eul, încît singura ei scăpare era să acționeze așa cum acționa. Disprețul masculin pe care-l simțea îndreptat asupră-i era de fapt disprețul pe care ea însăși îl încerca la adresa tatălui ei și a bărbaților care-o doreau. Pe scurt, își nega din răsputeri agresivitatea. Ca să nu aibă de-a face cu « fata rea » din ea, se agăța de fata cuminte.

Îi trebuia această energie agresivă pentru a ieși din depresie și a-și regăsi creativitatea. Totuși, nu putea accepta mînia. Nu avea, pentru asta, suficientă prețuire de sine. Nu e ușor să integrezi o asemenea umbră și să trăiești luni de zile cu ființa turbată din tine. Venise să caute în terapie ajutorul necesar pentru această integrare, căci puțina afecțiune primită de la tatăl ei îi interzicea să-l trădeze, transformîndu-l în obiectul furiei sale.

Mă confruntam cu drama unei femei ce rămînea prizoniera blîndeții pe fondul unei amărăciuni depresive. Încerca din toate puterile să scape de complexul patern negativ și să se despartă de falsa personalitate pe care o dezvoltase ca să supraviețuiască. Pentru a-și regăsi creativitatea, renunțase deja, cu mult curaj, să practice o profesiune ce o lega de conformismul intelectual al tatălui ei. Dar, ca să-și continue drumul, trebuia să-și recupereze agresivitatea. Trebuia să iasă din izolarea ei visătoare și să pună capăt acțiunii complexului patern. Dacă voia să se bucure vreodată de forța ei de exprimare și de autonomie, trebuia deci să-și înfrunte umbra amenințătoare.

N-am mai aflat sfîrșitul acestei istorii. Încheindu-mi studiile, mi-am anunțat pacienții că voi părăsi Elveția. Frumoasa din pădurea adormită a încetat atunci terapia, cu mult înainte de plecarea mea. Probabil prefera să mă părăsească decît să fie părăsită. Hotărîrea ei m-a surprins, dar, în forul meu lăuntric, mi-am spus că poate forța ei de afirmare făcea astfel primii pași.

Mînia sănătoasă

Să continuăm discuția despre mînia feminină și despre transformarea ei. Cred că nu există proces de vindecare care să nu treacă, în bună parte, prin mînie. Cînd o femeie își dă seama ce impostură a fost viața ei, ea trebuie, într-o primă etapă, să se înfurie pe cei care au abuzat de ea; apoi trebuie să înțeleagă că, neacordîndu-și respect, continuă să-și facă singură ceea ce le reproșează celorlalți. Poate să fie mișcată pînă la lacrimi de propria-i dramă, foarte bine, dar trebuie de asemenea să strige și să lovească... Pentru că, așa cum am constatat în practica mea terapeutică, femeile cărora le-a lipsit tatăl au ca trăsătură comună o mare dificultate de a-și exprima agresivitatea verbal. De fapt, le este rușine de agresivitatea lor.

Să-ți manifești mînia contra celuilalt – spontan și de preferință într-un mediu lipsit de riscuri, cum ar fi un grup de terapie – este o etapă esențială. E doar o etapă, dar nu se poate trece peste ea. Lovind, strigînd, dansînd, femeia dă frîu liber unui formidabil potențial energetic. Își eliberează toxinele, își purifică, dacă pot spune așa, sistemul psihologic. Furia trebuie resimțită din plin, în toată violența ei, spre a fi revărsată nu asupra cuiva, ci mai curînd într-un recipient simbolic. Un desen sau o pagină scrisă pot servi foarte bine și ele acestui scop. Să nu uităm însă că, pentru a intra în legătură cu inconștientul și a primi informațiile pe care el ni le transmite, e necesar să acceptăm emoția, ba chiar să fuzionăm cu ea din cînd în cînd. Cadrul simbolic pe care-l realizăm, de unii singuri sau în grup, permite atunci unei părți a eului să rămînă exterioară și să acționeze ca martor al experienței. Apoi, trebuie să rămînem fideli acestei porniri în viața noastră de zi cu zi, dar nu acționînd sub imperiul furiei – ceea ce uneori este inevitabil, dacă n-am mai intrat în contact cu acea parte a eului –, ci căutînd în ea noi resurse de fermitate și combativitate.

Manifestîndu-ne prin mînie, aceasta din urmă este demistificată: ea devine pur și simplu un semnal de alarmă pe tabloul de bord al personalității, care anunță că o nevoie fundamentală a fost reprimată. Mînia ține în general de o nevoie de exprimare și de expansiune. Toată creativitatea pe care am neglijat s-o dezvoltăm de teamă că va fi respinsă ori umilită de ceilalți va găsi în această deschidere o sursă de speranță și lumină. La femeia înclinată să se refugieze în așteptare și pasivitate, această mînie se poate transforma în combativitate, fermitate, hotărîre, permițîndu-i să-și ia în mîini propria soartă. La femeia obișnuită să înfrunte bărbații pe terenul lor, ea poate genera o putere de afirmare intimă și personală, grație căreia nu va mai trebui să-și risipească forțele împotriva bărbaților.

Mînia este valorificată cu adevărat doar cînd reușim să răspundem nevoilor pe care ea le trezește în noi. Cînd mînia se exprimă doar prin acuzații și reproșuri la adresa călăilor din trecut, înseamnă că ea nu a fost integrată psihologic. Nefiind transformată, a devenit o închisoare. Pentru a rezolva problema lăuntrică, mai trebuie făcut un pas. Cînd înțelege că tolerînd abuzul și refugiindu-ne în poziția de victimă nu se respectă pe sine, femeia parcurge a doua etapă a procesului de transformare. De data asta, ea trebuie să recunoască faptul că-și face ei înseși același lucru de care își acuză tatăl sau partenerul. Acest pas este dificil și constituie adevărata întîlnire cu umbra, căci femeia își va da seama că e la fel de neglijentă cu ea însăși ca și părinții ei.

Cum se petrece lucrul acesta în practică? Într-un articol în care-și relatează propria experiență, ziarista Paule Lebrun ne dă un bun exemplu de integrare a umbrei cu ajutorul mîniei. Participînd la un atelier de grup, ea are o reacție puternică la prezența unei femei dereglate care spurcă totul « cu sarcasmele, cu veninul și cu balele ei ». Simte compasiune pentru femeia care suferă de o disperare atît de vie, însă a doua zi se trezește ea

însăși « cu cuțitul în dinți »: « Îmi simțeam punga de venin, aceea pe care (aproape) orice femeie o ține ascunsă în adîncul ființei; Șerpoaica din noi, ființa care n-a acceptat trauma psihică provocată de două mii de ani femeilor, formidabila mînie colectivă care s-a transformat în furie, apoi în resentiment, care s-a scufundat în adînc și care își așteaptă ceasul. » Începe să danseze, în speranța că această prezență lăuntrică se va risipi, dar nu reușește; e fascinată de energia, de forța și de agilitatea acestui șarpe, « dulce pînă la greață »: « Îi simțeam puterea ascunsă, indiferența animală, primejdioasa capacitate de a-l sufoca pe celălalt. Știți că purtați în voi toate crimele, toate violențele, ca potențialități latente? În ziua aceea, am aflat că totul se află în mine. Răul și binele. Cu inelele mele de șarpe, am sugrumat mai mulți bărbați, imagini ucigașe s-au perindat. Un nod energetic s-a desfăcut sub ochii mei, apoi s-a risipit, ușor ca cenușa. După momentul inițial de spaimă, m-am abandonat cu voluptate, iar ceea ce în urmă cu cîteva clipe mi se părea oribil s-a transformat într-un dans minunat. » Pe urmă, încercînd să reia contactul cu această nouă forță, își dă seama că e vorba de vrăjitoarea din ea, de femeia « caustică și amară, în stare se ucidă cu vorba ». Cînd o femeie percepe în ea asemenea putere, ea știe că nu va mai accepta niciodată rolul de victimă. Recuperarea acestei puteri la nivel conștient este a treia etapă a procesului de transformare a agresivității în combativitate și forță lăuntrică. De-acum înainte, șarpele îi va servi pentru a-și proteja teritoriul intim, pentru a se afirma în lume și pentru a deveni creatoarea propriei sale vieți. Iar complexul patern va avea de ce să se teamă!

Este util să acceptăm că întrupăm și aspectul cel mai negru al umanității. Paradoxal, această acceptare e însoțită de o relaxare în tot sistemul nervos, căci nu mai trebuie să ne luptăm cu ceea ce sîntem. Sîntem ceea ce sîntem, pur și simplu, și ne recunoaștem în marea

înțelepciune a naturii care a pus în fiecare lucru și întuneric, și lumină. Oricum, între prima și ultima etapă, femeia va trebui să dea dovadă de răbdare și de perseverență pentru a găsi de fiecare dată atitudinea justă și pentru a se agăța mereu de acea fragilă putere lăuntrică pe care tatăl n-a susținut-o. Pînă la urmă, găsim în noi înșine și în progresele noastre forța de a persevera. Satisfacția de a trăi o viață ce reflectă în tot mai mare măsură ființa noastră adevărată ia locul disperării, amărăciunii și resentimentului. Mînia surdă și profundă ce nu se putea manifesta decît pe căi indirecte își găsește un mod de exprimare din ce în ce mai sănătos în creativitate și autoafirmare.

Cînd această mînie e pe deplin recunoscută și integrată, ea devine o forță generatoare de inițiative și decizii. Viața devine atunci mult mai plăcută, mai intensă, mai luminoasă și mai veselă.

Vindecarea amorului-propriu

Nevoia pe care o simt numeroase femei de a fi în centrul atenției trădează trauma provocată de un tată distant sau neglijent. Aceste femei trăiesc o permanentă *confruntare* cu partenerul lor. Ele nu știu să se bucure de lume *alături* de cei pe care-i iubesc. Simt o permanentă nevoie de a fi susținute de privirea bărbatului. Echilibrul lor psihologic sfîrșește prin a depinde de ea. Îi critică pe bărbați și se plîng de parteneri fără să fie conștiente că tocmai povara dorinței lor îi face pe aceștia să fugă. Bărbatul nu vede în dorința partenerei o chemare la iubire, ci o rană a amorului-propriu pe care el, ca să aibă un pic de liniște, va trebui s-o oblojească mereu.

Atîta timp cît o femeie nu devine conștientă că îi lipsește prețuirea de sine, lipsă lăsată de un tată absent, ea vine în cuplu împovărată de o speranță ce riscă să strice totul. Nu-i putem cere altei persoane să rezolve o asemenea problemă pentru noi. Din perspectiva evoluției

psihologice, nici nu e de dorit să găsim un partener atît de serviabil. Acceptînd *să acorde atenție* traumei provocate de atitudinea tatălui, femeia poate înțelege puțin cîte puțin influența acesteia asupra vieții de cuplu. Atunci se eliberează de o obsesie: nu-l mai așteaptă pe cavalerul visat. Asta nu înseamnă că siguranța și prețuirea pe care le poate aduce o iubire nu sînt binevenite. Dar, ca să apreciem la justa lor valoare asemenea daruri ale vieții, trebuie să ne fi dezvoltat suficient autonomia pentru a putea trăi fericiți și fără ele.

Să facem deci cîteva observații generale legate de vindecarea unei insuficiente prețuiri de sine, care vor completa cele spuse mai sus despre integrarea umbrei agresive.

Vindecarea de misoginie. *Fiica tăcerii* este moștenitoarea tăcerii paterne. E o femeie tăcută și supusă. Îi este greu să aibă încredere și siguranță de sine dacă un bărbat nu ține la ea. Cînd se simte respinsă, se crede amenințată și rămîne în defensivă. Chiar și cînd îndrăznește să se afirme și să-și exprime ambițiile și dorințele, o parte a ei continuă să tacă, devalorizată de secolele de patriarhat. Asta face jocul complexelor negative, care abia așteaptă să-și izoleze prada. Pentru a transforma o prețuire de sine dependentă de privirea masculină, se pot dezvolta anumite atitudini. Astfel femeia poate să vindece ceea ce a fost viciat în relația cu lumea paternă.

Prima atitudine constă în a-și recupera propria umbră în loc să-i considere pe bărbați vinovați de nefericirea ei personală. O parte din această umbră ține de mînia reprimată, dar partea ei cea mai ascunsă și mai redutabilă ține de misoginia femeilor înseși față de feminitate.

Atîta timp cît o femeie plasează responsabilitatea devalorizării feminității doar în exterior, ea își accentuează condiția de victimă. Pentru a scăpa de această condiție, trebuie să recunoască în forul ei lăuntric că

și ea întărește stereotipurile patriarhale: tot ce e feminin nu valorează nimic; tot ce e masculin este valorizat. Cînd își recunoaște propriul dispreț, femeia nu mai așteaptă ca bărbații să se schimbe, ci inițiază ea însăși schimbarea. La baza acestei schimbări stă conștientizarea jocului dublu propus femeii de societatea patriarhală: i se cere să fie blîndă, miloasă, supusă și docilă, dar în același timp aceste comportamente nu sînt valorizate în societatea noastră, în care contează să fii puternic, să te afirmi și să cîștigi. Dacă își neagă polul masculin, devine *feminină*, dar se simte inadecvată pentru că valoarea nu-i este confirmată de cei din jur. Dacă, din contră, își neagă polul feminin, imaginea ei cîștigă în forță, dar feminitatea ei profundă rămîne strivită și ea se teme de celelalte femei. Din cauza acestei autotrădări, nu reușește să se aprecieze.

Atîta timp cît o femeie devalorizează inconștient feminitatea, ea rămîne vulnerabilă în fața judecăților misogine și resimte ca pe o lipsă diferența pe care o întrupează. Concepția ei despre egalitate va tinde spre similitudinea sexelor. Dacă ar fi mîndră de femininitatea ei, ar putea accepta ca bărbații să fie mîndri de masculinitatea lor – și diferiți. Este esențial pentru femei să regăsească în ele însele frumusețea feminității, cu felul ei particular de a fi în lume. În loc să aștepte valorizarea din partea bărbaților, femeile trebuie să întrupeze chiar ele această valoare.

Multe femei au atît de puțină prețuire de sine, încît fug de compania semenelor lor. Cînd ajung într-un grup format exclusiv din femei, li se pare că sînt într-un grup de ratate. Competiția, gelozia, invidia și spiritul de revanșă riscă atunci să învingă. Sînt problemele de care se lovește orice grup minoritar și ele sînt legate de ura inconștientă nutrită față de sine și de propriul grup.

Integrarea umbrei le permite femeilor să elimine din relațiile cu bărbații aspectul acuzator. Atitudinea față de bărbați devine mai puțin ostilă pentru că înțeleg mai

bine funcționarea stereotipurilor pe care ei le mențin. Încetînd să-și disprețuiască dorințele reale, femeile pot să și le exprime mai bine și să-și obțină locul propriu în cuplu. Cînd nu ai locul tău, devii victimă și aștepți ca celălalt să se schimbe. Cînd ți-l ocupi, devii un om responsabil și descoperi iubirea de sine, iar uneori, spre marea ta surpriză, și respectul bărbaților.

Să imaginăm frumusețea feminității

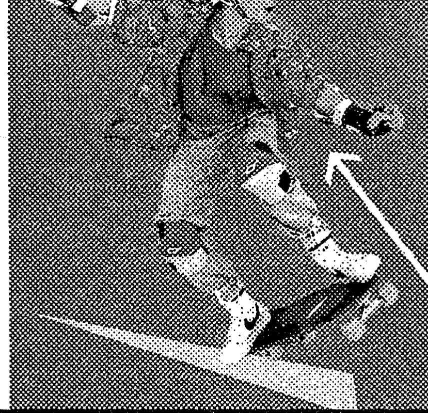
Pentru a vindeca o prețuire de sine deficitară, recursul la imaginație poate fi de un ajutor nebănuit. De vreme ce fantasmele negative ne fac viața amară, e cazul să le combatem cu armele lor: cui pe cui se scoate, ca să spunem așa.

Calmă și relaxată, după o baie bună sau ascultînd muzica preferată, la lumina unei lumînări sau chiar în agitația cotidiană, e suficient să-ți imaginezi că ești împăcată cu tine însăți, că îți iubești trupul, sentimentele și mintea, că întrupezi în lume o forță care există prin ea însăși și n-are nevoie de aprobarea celorlalți pentru a înflori.

Încearcă să pătrunzi cît mai concret posibil în această fantasmă, lăsînd-o apoi să-ți impregneze fiecare celulă. Lasă imaginile, sentimentele și senzațiile feminității profunde să ți se arate, apoi explorează-le. Poți dialoga cu figuri feminine care îți vin spontan în minte sau poți să le desenezi. Într-un cuvînt, îngăduie-ți să visezi, lasă visul să te emoționeze și să te influențeze.

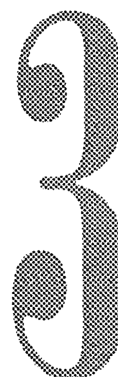
Puterea imaginației e foarte puțin cunoscută. Cu siguranță, ea reprezintă o posibilă cale spre arhetipul feminin pozitiv ce sălășluiește în fiecare femeie. Imaginația pozitivă constituie un mod de a hrăni femeia aflată în germene și care vrea să vină pe lume. Apoi, acest nou suflet trebuie îmbrăcat pe măsura fanteziei fiecăreia.

Ce obiective stau în fața femeii? Să creadă în capacitatea sa de a exprima feminitatea fără a ceda presiunilor unei societăți misogine. Să se sprijine pe o forță iubitoare și sigură de ea însăși. Să deschidă calea noilor valori. Să cinstească feminitatea profundă și s-o revalorizeze. E sarcina lăsată de istorie *fiicelor tăcerii*.



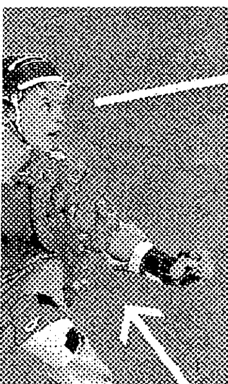
Mamă și fiu: cuplul imposibil

Separarea mamă–fiu • Căsătoria mamă–fiu • Mama perfecționistă • Mama supraprotectoare și fiul dependent • Divorțul mamă–fiu • Mama monoparentală



CAPITOLUL

Cuplul mamă–fiu



După ce am discutat relațiile tată–fiică, vom trece la a doua temă principală a acestei cărți, analizînd relațiile mamă–fiu. Vom încerca să înțelegem de ce *El* se teme să iubească. Contrar așteptărilor, vom descoperi că fiii foarte apropiați de mame nu devin bărbați mai apropiați de femei, ci bărbați care foarte adesea se tem de ele.

Sînt conștient că, fiind bărbat eu însumi, nu voi ști niciodată ce înseamnă să naști un copil din carnea și sîngele tău după ce l-ai purtat în pîntec nouă luni, pentru ca mai apoi să trebuie să-i încurajezi autonomia totală. Sînt conștient, de asemenea, că această sarcină nu e ușoară și că o mamă nu știe niciodată dacă face prea mult sau dacă nu face destul. E de asemenea clar că a fi părintele cel mai prezent lîngă copil înseamnă să fii și părintele care face cele mai multe greșeli și căruia copilul îi va

adresa cele mai multe reproșuri; mai ales că femeia vine în această relație cu propriile-i traume, cu propriul deficit de atenție din partea tatălui ei și cu propriile nevoi de afirmare. Ea aspiră să trăiască lîngă un bărbat și lîngă copiii ei. Ceea ce este cît se poate de legitim.

Știu toate astea, dar cunosc și suferința fiilor rău separați de mamă: bărbați care-și trăiesc viața în închisoarea culpabilității și care nu sînt în stare să-și înfrunte nici mama, nici complexul matern; iar asta nu e de natură să aranjeze nici relațiile de cuplu. Prin urmare, intenția mea e să prezint o dramă istorică și psihologică. Nu-mi propun să le acuz pe mame și pe fii, ci să explorez natura legăturii dintre ei, legătură avînd părți bune și părți rele.

Acest capitol se oprește îndeosebi la fiii care au trăit și trăiesc cu mama lor o relație intensă. Voi vorbi mai puțin despre copiii care n-au avut șansa de a cunoaște prezența unei mame – o soartă și mai rea decît a celor care au cunoscut-o « în exces », dacă pot spune astfel. De asemenea, cei care dintr-un motiv sau altul au fost mai puțin în contact cu mama lor vor fi în mai mică măsură vizați de considerațiile mele. În schimb, analizînd legătura dintre mamă și copilul ei, n-o am în minte doar pe mama binevoitoare și grijulie. Consider că fenomenele de fuziune operează la fel de bine, de exemplu, între o mamă alcoolică sau anxioasă și copilul ei. Cercetările arată că 30–40% dintre mame sînt atît de angoasate de evoluția copilului lor, încît la primul lui surîs reacționează spunîndu-și: « Doamne, dac-ar ști ce-l așteaptă ! » Ele se tem deja pentru mica ființă, iar această angoasă va influența în chip hotărîtor calitatea legăturii care se stabilește între ei. Copilul unei asemenea mame are toate șansele să sugă angoasa o dată cu laptele matern.

Trebuie spus, în sfîrșit, că relația mamă–copil este într-o profundă mutație. Accesul femeii la muncă schimbă considerabil datele acestei relații. Am putea chiar afirma

că mulți copii nu mai suferă azi de o excesivă fuziune cu mama: dimpotrivă, le lipsește adesea această hrană afectivă esențială pentru a se simți bineveniți în lume. Ciudat însă, numărul crescut de familii monoparentale ne trimite la situația de altădată, cînd tații erau atît de absenți în familii, încît acestea, fără a fi monoparentale de fapt, erau, ca să spun așa, monoparentale simbolic.[26] Acestea fiind zise, iată care sînt întrebările ce subîntind analiza mea:

• Cum se face că relațiile de proximitate dintre mamă și copil sfîrșesc prin a traumatiza dezvoltarea amîndurora la nivelul individualității lor?
• Cum ajung aceste relații să inhibe dezvoltarea naturală a fiului spre autonomie și independență, precum și dezvoltarea personală a femeii devenite mamă?
• Cum se face că o relație care în general începe cu iubire reciprocă se termină atît de jalnic – cu o mare speranță neîmplinită la mama solitară și cu o furie nemărturisită la copilul care face totul pentru a-și ține mama la distanță?
• Relația mamă–copil trebuie oare să fie o dramă de iubire care se termină prost?

A deveni mamă

Dacă Tatăl ne introduce în lumea socială a legii umane, Mama, în sens simbolic, arhetipal, ne introduce în lumea Viului. Dîndu-ne viață, mama noastră personală întrupează Mama, cu majusculă. Legea, în lumea Mamei, e legea ocrotirii, a devotamentului, a dăruirii de sine și a deschiderii. Cine nu-și amintește abnegația mamei sau a bunicii sale cu ocazia unei boli? Parafrazîndu-l pe Victor Hugo, miracolul iubirii materne constă în aceea că fiecare copil își primește partea lui de iubire și toți au iubirea întreagă. Totuși, și pe acest teren apar războaie. Cele mai devotate mame ajung adesea în conflict cu copilul. Mai ales dacă, din cauza singurătății afective, și-au lăsat fiul să lunece în poziția de partener.

O parte a acestei drame este condiționată de însăși organizarea societății noastre. Din tot registrul de exprimare a feminității, doar faptul de a fi soție sau mamă s-a bucurat de prețuire în patriarhat. S-a considerat absolut firesc ca o femeie să se sacrifice pentru altcineva, cel mai adesea un bărbat sau un copil. Statutul de mamă a fost valorizat, pe cînd cel de femeie nu a avut suficientă recunoaștere.

Lucrurile stau astfel de foarte mult timp. În Imperiul Roman, de exemplu, familiile se debarasau de fete fără să clipească. În Evul Mediu creștin, mii de femei au fost arse pe rug ca vrăjitoare doar pentru că dovedeau ceva mai multă originalitate. Nu cu mult timp în urmă, în China, fetițele erau ucise la naștere. În Japonia, un medic de la o clinică de avorturi a declarat că posibilitatea de a cunoaște sexul copilului prin testul de amniocenteză a dus la o hecatombă de avorturi, în majoritatea cazurilor fiind vorba de fetuși de sex feminin. Pentru că în această țară fiul cel mare reprezintă sprijinul la bătrînețe al părinților, mamele vor să-și consacre energia creșterii unui băiat. Chiar și în țările occidentale, nașterea unui băiat a fost mult timp mai apreciată decît cea a unei fete. O mamă mi-a mărturisit că, după naștere, o infirmieră a consolat-o cu aceste cuvinte: « Sper să nu fiți prea dezamăgită că ați născut o fată! »

În contextul social care, în urmă cu doar cîteva decenii, îi conferea bărbatului întreaga autoritate, o femeie afla foarte repede ce teritoriu îi rămîne pentru a-și exercita puterea: maternitatea și creșterea copiilor. Devenea astfel regina căminului... o domnie foarte solitară, cu atît mai mult cu cît regina știa că regatul ei este în realitate supus unui rege. Nu-i mai puțin adevărat că, pe plan strict social, statutul de mamă e însoțit într-o primă etapă de o valorizare pe care femeia n-a mai cunoscut-o. Cînd o femeie este însărcinată, toată lumea îi adresează subit priviri și cuvinte de simpatie pe stradă și la cumpărături. Propria ei familie, care pînă atunci o neglija,

remarcă brusc că există și se informează regulat cum îi merge cu sănătatea și cum evoluează sarcina. Într-o societate în care, pentru a-ți dovedi existența, trebuie să le arăți celorlalți ce știi să faci, maternitatea constituie o dovadă irefutabilă a valorii, nemaivorbind de ceea ce reprezintă un copil în ochii societății.

Însă, la fel de explicabil, maternitatea poate deveni ușor un loc de investire a nevoilor de recunoaștere și a dorințelor reprimate ale femeii, ba chiar un prilej de revanșă pentru frustrările legate de negarea valorii feminine. O femeie poate hotărî să nască pentru a umple un gol, deci mai curînd dintr-un deficit de viață decît dintr-un preaplin ce-și caută expresia firească în zămislirea unui copil. Acesta se naște cu un program prestabilit: să umple lacunele afective ale unei femei căreia i-a lipsit tatăl și căreia îi lipsește acum partenerul.

Separarea mamă–fiu

Unde e granița dintre unul și cealaltă? Copilul vine pe lume și în primele luni nu e limpede unde se află granița dintre el și mamă. Mama și fiul sînt legați prin iubire. Totuși, această fericită legătură va trebui, puțin cîte puțin, să se desfacă, permițîndu-i fiecăruia să-și continue dezvoltarea. Altminteri, va lăsa urme psihice importante în viața copilului.

Relația mamă–fiu e un teren deosebit de delicat deoarece fiii, spre deosebire de fiice, vor trebui la vîrsta adultă să intre într-o relație de cuplu și sexuală cu o persoană de același sex cu mama lor. Pentru a exista o bună diferențiere psihologică între potențiala parteneră și propria lor mamă, va fi nevoie de separare. Altfel teritoriile vor rămîne amestecate, iar fiii vor transfera soției atributele și portretul mamei. Ei se vor regăsi curînd în postura de copilași fără apărare în fața unei partenere dezorientate, care nu știe ce are de făcut cu atotputernicia acordată; sau care trebuie să suporte lovituri și furii adresate, după toate probabilitățile, altcuiva.

Această problemă specială a băieților și consecințele ei sînt adesea greu de înțeles pentru mame. Dacă o femeie ar încerca să-și imagineze însă că tatăl ei a zămislit-o în pîntecele lui, că a hrănit-o la sîn luni în șir, a dezmierdat-o și a impregnat-o cu mirosul lui, ea și-ar putea imagina ce i se întîmplă băiatului. Supuse unui asemenea exercițiu mental, mai multe femei au avut următoarea reacție: « Cred că aș avea absolută nevoie de prezența unei femei care să mă introducă în zona feminității înainte de a putea face dragoste cu un bărbat. »

E tocmai ceea ce nu i se întîmplă băiatului: adesea nu există nimeni de același sex cu el care să-l introducă în zona masculinității. Totuși, pentru ca relația dintre mamă și fiu să se limpezească, e nevoie de separare, iar o figură paternă a fost dintotdeauna artizanul firesc al acestei separări. Iată de ce tatăl trebuie să fie prezent. Iată de ce mama trebuie să-i cedeze locul ori de cîte ori e posibil. Iată, în sfîrșit, de ce în familie trebuie aduse elemente de masculinitate atunci cînd tatăl a plecat sau a murit.

Separarea mamă–fiu este atît de importantă în plan psihologic încît, la unele populații, s-a observat că faza aceasta poate să dureze și cincisprezece ani. În anumite triburi, de pildă, băiatul care la începutul pubertății a fost smuls din lumea maternă nu-și poate revedea mama decît după ce și-a găsit o soție. De asemenea, cu cît simbioza între mamă și fiu este mai îndelungată și mai profundă, cu atît riturile inițiatice sînt mai crude și mai violente, ceea ce se întîmplă mai ales la popoarele la care copilul e ținut mai mult timp în preajma mamei și este separat de ea foarte lent:

Copilul are acces la sînul mamei ori de cîte ori vrea, uneori pînă la vîrsta de trei ani. Trăiește în brațele ei, lipit de ea, și doarme gol cu ea pînă la înțărcare. După aceea, băieții și fetele dorm ceva mai departe de mamă, cam la treizeci sau șaizeci de centimetri distanță. Cu timpul, băieții sînt

îndemnați de părinți să doarmă și mai departe de mamă, dar încă nu în « spațiul masculin » al casei. În ciuda unui contact crescînd cu tatăl, băieții continuă să trăiască lîngă mama, frații și surorile lor pînă la vîrsta de șapte–zece ani. Triburile din Noua Guinee, conștiente de pericolul feminizării băiatului, au rituri de inițiere foarte lungi și traumatizante, pe măsura legăturii mamă–fiu foarte strînse, care trebuie desfăcută.[27]

Primitivii au înțeles că fiii trebuie bine separați de mamă pentru a preveni conflictele și a încuraja o relație de iubire sănătoasă. Ei au înțeles de asemenea că oficiantul prin excelență al acestei separări este tatăl. De fapt, trebuia creat importantul triunghi tată–mamă–copil. Astfel copilul face necesara experiență a granițelor și a frustrării. Și, în același timp, cîștigă o relație cu tatăl.

O problemă spinoasă: tatăl nu e prezent. Adevărata sămînță a conflictului ce se va dezvolta cu vremea între mamă și fiu, ducîndu-i de la căsătoria din dragoste la un amar divorț, este un triunghi tată–mamă–copil *disfuncțional*, ca să folosim un cuvînt din psihologia modernă. Există un dezechilibru fundamental în acest triunghi, pentru că, pe plan afectiv și psihic, cel mai adesea mama este prezentă, în timp ce tatăl e mai mult absent. Triunghiul defectuos rezultă din familia nucleară fondată cu un membru absent – tatăl care trebuia să lucreze departe de casă.

Unii bărbați au dificultăți în a-și asuma o paternitate angajată. Ei nu izbutesc să-i cedeze copilului locul de copil. Acești bărbați suportă greu ca soția lor să devină mamă pentru că atunci se simt abandonați. Se simt atît de exteriori nașterii copilului, încît atenția acordată acestuia de mamă le pune în pericol echilibrul narcisist. Pierzînd atenția partenerei lor, își pierd totodată sprijinul afectiv ce le asigura echilibrul. Putem presupune că acești bărbați nu suportă să-și vadă soția devenind

mamă pentru că problema nerezolvată cu propria lor mamă iese atunci din nou la suprafață. Fantasmele și realitatea se amestecă, iar partenera devine curînd la fel de amenințătoare pe cît era mama în lipsa unui tată care să-i ajute să se separe.

Acest triunghi dereglat începe să se reechilibreze abia acum, prin revenirea tatălui în mediul familial. Familia nucleară nu e pe cale să se destrame, ci să se formeze sub ochii noștri, deși cu mare greutate. Rămîne să fie creată. Dar ne putem întreba dacă ea reprezintă o strategie de supraviețuire acceptabilă pentru specia umană. Probabil că în următorii ani vom asista la nașterea unor noi forme familiale, poate mai colective, care să le permită copiilor fără tată sau mamă naturali să aibă totuși parte de o îngrijire paternă și maternă adecvată.

Căsătoria mamă–fiu

Ce se întîmplă însă cînd triunghiul nu funcționează? Puternica legătură ce-i unește pe mamă și fiu nu se va desface; dimpotrivă, ea se va întări prin fascinația naturală a unui sex pentru celălalt. Între mamă și fiu va exista o căsătorie simbolică, pentru că tatăl, cel care ar trebui să-l ajute pe copil să se nască pe plan psihic, nu-și îndeplinește funcția naturală. Iar asta cu atît mai mult cu cît tatăl absent se dovedește adesea un partener la fel de absent și pentru soția lui. Femeia devenită mamă se vede ca atare neglijată pe plan afectiv tocmai cînd ar avea cea mai mare nevoie de relația cu partenerul ca să nu uite că este încă femeie. Într-adevăr, dacă s-ar simți dorită în ciuda transformărilor suferite de trupul ei, femeia din ea ar continua să se mențină vie, în loc să dispară în datoria maternă. În cel mai bun caz, dorința reciprocă a soților le permite să nu fie complet absorbiți de funcția lor de tată și de mamă. Ea reprezintă chiar un factor primordial de păstrare a echilibrului atunci cînd înflorește identitatea parentală.

Cimentul legăturii dintre mamă și fiu va fi decepția afectivă a unei femei care, lipsită de atenție din partea soțului, face din fiu un substitut de partener. Puțin cîte puțin, ea trece de la *puiul mamei* la *bărbățelul meu*, plasîndu-și fără echivoc fiul în locul soțului. Astfel, contraponderea tatălui absent va fi mama-amantă, o mamă care va deveni încetul cu încetul prea prezentă lîngă copil, căci simțul responsabilității și conștiința nevoilor lui o vor împinge să îndeplinească ambele roluri parentale.

Mama și fiul vor ajunge la un soi de căsătorie simbolică ce constituie un veritabil incest, avînd însă loc nu în plan sexual, ci afectiv. Consecințele asupra fiului, mai ales în privința slabei prețuiri de sine, vor fi în anumite cazuri comparabile cu cele ale incestului tată–fiică despre care am vorbit mai devreme.

Vedem mai bine acest lucru în Japonia, unde incestul mamă–fiu însoțit de relații sexuale e mai frecvent decît la noi. Un context în care, după căsătorie, femeile nu lucrează în afara căminului, iar bărbații lucrează șase zile pe săptămînă, venind acasă doar ca să doarmă, pare să favorizeze această practică. Rezultatul este că fiii, chiar căsătoriți, continuă să depindă de mamă pentru a lua hotărîri cu privire la viața lor conjugală.

Fiul devorat. Pentru a rezuma, fie și simplist, drama de iubire ce are loc între mamă și fiu, sînt tentat să parafrazez formula lui Shakespeare: a mînca sau a fi mîncat, aceasta-i întrebarea! De altfel, iubirea pătimașă se exprimă adesea prin vorbe de genul: « Îl iubesc atît de mult, că-mi vine să-l mănînc! » Visul care urmează pune în evidență acest adevăr simbolic. E visul unui bărbat de patruzeci de ani, participant la un atelier pe tema relațiilor mamă–fiu.

Mă aflu într-un apartament care s-a transformat într-un acvariu imens. În el sînt doi pești, unul mare și unul mic.

Peștele cel mare e pe cale să-l devoreze pe cel mic. Îl privesc în timp ce el continuă să înoate și să se zbată.

Cu alte cuvinte, acest bărbat continuă să lupte cu un complex matern care-l « devorează ». Pacientul meu suferea de o rană de identitate nu numai pentru că tatăl nu l-a separat bine de mamă, dar și pentru că, în plus, le-a cerut copiilor să aibă grijă de ea. Astfel, legătura simbolică cu mama s-a intensificat. Pentru fiu, părintele de același sex cu el n-a fost niciodată destul de prezent ca să-i permită să se diferențieze. Fiul a trebuit să se apere singur împotriva mamei pentru a reuși să-și afirme identitatea de bărbat, iar mama, pe de altă parte, n-a avut pe nimeni care să-i aducă aminte că este femeie.

O asemenea situație împiedică rezolvarea favorabilă a complexului lui Oedip, rezolvare ce presupune ca fiul să cedeze tatălui său pretenția la rolul de soț, el urmînd a se orienta spre alte femei. Cînd tatăl nu e prezent pentru a bara fiului calea spre mamă, fiul și mama rămîn unul prizonierul celuilalt, adesea pentru tot restul vieții.

Mama devorată. Visul relatat mai sus nu simbolizează doar cazul fiului devorat de mamă. Peștișorul devorat de peștele cel mare reprezintă deopotrivă individualitatea femeii devorate de funcția maternă. Femeia este devorată de arhetipul matern, mama e devorată de Mamă. În această dramă provocată de proasta funcționare a triunghiului tată–mamă–copil, există două victime: mama și fiul. Ba chiar și o a treia, dacă ne gîndim că bărbatul devenit tată este exilat din familia sa și deposedat de realitatea lui afectivă din cauza unui context istoric care i-a alienat sensibilitatea.

Care ar fi avantajul dacă ne-am lăsa stăpîniți de arhetipul matern? Să spunem mai întîi că a deveni părinte constituie o încercare fundamentală pentru identitatea personală. E o adevărată inițiere, în care o formă de

existență moare și alta se naște. Într-o asemenea situație, este periculos ca eul să fuzioneze cu o nouă identitate fără să-și păstreze, pentru o vreme cel puțin, caracteristicile individuale. E greu pentru un individ să nu se lase fascinat de forța arhetipală, ce presupune o trăire emoțională și senzorială greu de reprimat, căci vine din adîncuri. Este o revelație care ne umple întreaga ființă cu o forță nouă.

Femeia devenită mamă își descoperă noi talente, noi emoții, noi preocupări. Trăiește stări de conștiință pe care nu le mai trăise înainte. Această vitalitate lăuntrică o pregătește să întîmpine copilul. Experiența nu trebuie subestimată, căci este un ajutor natural pentru naștere. Sacrificîndu-și identitatea personală, femeia găsește dintr-o dată o nouă valoare. De la o zi la alta, viața ei capătă un sens pe care nu-l avea înainte. Simte că poate răspunde la întrebările tulburătoare ale existenței. Nu se mai luptă cu mediocritatea individualității ei și cu problemele pe care le avea înainte de a fi însărcinată. Devenind Mamă, se simte în sfîrșit împlinită: golul a fost umplut. Trăiește o stare de grație.

Presiunea și fascinația exercitate de arhetipul Mamei sînt atît de profunde, încît a le opune rezistență este imposibil și chiar nefast. Dar dacă femeia este prea mult timp neglijată, individualitatea ei începe să sufere, căci rolul Mamei, într-un anume fel, e colectiv. Ca să poți integra această experiență arhetipală și să te lași hrănită de ea, trebuie ca o parte din personalitatea conștientă să rămînă la suprafață și să nu cedeze total forței lăuntrice. Trebuie să lupți ca să afirmi femeia din tine și ca să n-o sacrifici pe altarul maternității, oricît de sacră ar fi aceasta. Ideal ar fi să intri în relație cu forța lăuntrică, nu să te lași copleșită de ea.

Cum poți să-ți dai seama că individualitatea îți este devorată de arhetipul matern? Te simți bine cînd fiului îi merge bine și rău cînd acestuia îi merge rău? În caz afirmativ, ești copleșită de funcția maternă, în parte cel

puțin. Zbuciumul lăuntric sau eliberarea pe care le simte o mamă cînd are de-a face cu toanele copilului indică declanșarea automată a arhetipului, trecerea de la femeie la Mamă. Iar această fuziune cu arhetipul Mamei consacră în același timp fuziunea dintre mamă și fiu. O mamă, de exemplu, mi-a povestit că fiul ei, ori de cîte ori avea o problemă la școală, se grăbea să-i telefoneze. Se pomenea cu un telefon la serviciu, la 10 dimineața, ca să afle că băiatul a mai luat o notă proastă la matematică. Mama se întorcea acasă, după o zi chinuită, îngrijorată pentru copilaș. În schimb, el venea de la școală radios și surîzător: scăpase de problema lui la ora 10 dimineața, cînd i-o pasase mamei.
Acest exemplu pune în lumină și alt aspect legat de pericolul de a ceda total arhetipului matern, potrivit căruia orice mamă își vede copilul ca pe un zeu. Dubla responsabilitate a mamei riscă să ducă la olimpiana iresponsabilitate a fiului. Dacă mama are grijă de toate, de igiena corporală, de hrană și de îmbrăcăminte, fiul nu va avea grijă de nimic. Atenție însă! Spălat, găzduit, hrănit și îmbrăcat, micul zeu va avea tendința să pretindă aceleași servicii din partea viitoarelor partenere. Solicitudinea mamelor țese în mod inconștient destinul nurorilor.

Contractul de căsătorie

Fiecare căsătorie are contractul ei. Convenția care se stabilește între mamă și fiu e una de *codependență*. Codependența e un concept care explică legăturile inconștiente ce înlănțuie, de pildă, un soț sau o soție de partenerul său alcoolic. O asemenea legătură se numește *codependență* pentru că partenerul are nevoie de dependența celuilalt pentru a-și asigura *el* un anumit echilibru psihologic. Bineînțeles, această legătură mai mult înrobește decît eliberează. Ambii parteneri socotesc prea riscant să pună în discuție dependența reciprocă pentru că ea asigură o anumită stabilitate a identității, chiar dacă

una patologică. Asemenea contracte s-ar putea rezuma astfel: « Tu nu pui în discuție legătura noastră, și atunci poți să bei; eu nu te împiedic să bei, și pot să fac pe salvatoarea și pe martira. » În cuplul mamă–fiu, băiatul poate să rămînă iresponsabil atîta timp cît îi permite mamei să joace rolul de mamă.
Cum orice căsătorie are un contract, cel care-i leagă pe mamă și fiu ar putea fi formulat în termenii următori: « Fiul va rămîne dependent de mama sa, drept care aceasta nu-l va părăsi niciodată, va avea mereu grijă de el, îi va ierta totul. În schimbul acestor mici servicii, fiul va putea să crească, dar... fără a crește. Va putea să devină bărbat, dar cu condiția expresă de a rămîne mereu un băiețel. » Iar clauza scrisă cu litere mici, ilizibile, în josul contractului, cea pe care n-o citim niciodată și de care depinde totul, ar suna astfel: « Cele două părți nu vor putea să se separe niciodată. Prezenta îi exonerează pe fiu și pe mamă de orice responsabilitate legată de problemele susceptibile să apară în relațiile fiului cu alte femei. Dificultăți de angajare afectivă garantate. »

Interdicția de a se separa. Să reluăm acum pe plan teoretic cele enunțate mai sus. O vom face cu ajutorul formulărilor psihanalizei tradiționale referitoare la complexul lui Oedip.
Teoria freudiană susține că băiatul renunță la dorința incestuoasă față de mamă sub amenințarea, fantasmatică și rareori formulată ca atare, a unei castrări ce ar fi săvîrșită de tată. Pentru că fiul se teme să nu-și piardă penisul, se va supune legii paterne. Angoasa castrării acționează chiar și în absența tatălui, reprezentat atunci de alte figuri, personale (unchi, bunici) sau instituționale (Biserica, Statul, Școala), care blochează dorința copilului. Acceptarea legii sub amenințarea pedepsei construiește psihismul copilului, căci ea aduce în scenă *supraeul*, instanța care, la ființa umană, formulează interdicțiile.

Această formulare clasică nu acoperă însă întreaga realitate clinică. Ea ascunde faptul că nu numai dorința de proximitate a copilului ar trebui barată, ci și cea a mamei.[28] Și mama ar trebui separată de copil, nu doar copilul de mamă. Dorința maternă nu se elaborează însă în plan sexual, ci mai curînd în plan afectiv: e ceea ce am numit « căsătoria simbolică » între mamă și fiu. Adesea, în familie funcționează nu *obligația de a se separa de mamă* sub amenințarea castrării paterne, ci dimpotrivă, *interdicția de a se separa de figura maternă*. Rezultă de aici un cuplu mamă–fiu imposibil; o legătură ce nu poate fi nici consumată, pentru că nu urmează o cale naturală, dar nici desfăcută psihologic.

În fapt, presiunea iubirii materne îl obligă pe fiu să mențină chiar el bariera incestului și îi imprimă o teamă de dorința feminină ce va reapărea apoi în relațiile lui cu femeile. Această angoasă în fața cererii materne explică în bună parte ambivalența tradițională a bărbaților în raport cu contractul amoros. Ei se tem că vor cădea iarăși în mîinile unei femei fără să aibă capacitatea de a-și impune limitele. Această situație se menține atîta timp cît un bărbat nu și-a rezolvat problema oedipiană.

Din cauza absenței fizice sau simbolice a tatălui, aproape generalizată, principala dilemă a unui bărbat se va consuma în relația duală cu mama, și nu într-o relație triunghiulară, în care să fie inclus tatăl. Suferința separării, urmată de culpabilitate, îi va reveni așadar fiului pentru că nu poate conta pe ajutorul tatălui. Pe măsură ce patriarhatul se năruie, nu mai putem conta nici măcar pe reprezentările fantasmatice ale instituțiilor paterne, care să acționeze ca instanță ce impune interdicția. În multe cazuri, ele și-au pierdut credibilitatea.

Teoretic vorbind, rolul prezenței tatălui nu este doar de a bara accesul direct al copilului la mamă, ci și de a limita fuziunea mamei cu progenitura ei, amintindu-i că este femeie. Iată de ce o seară petrecută numai cu

soțul sau un weekend fără copii pot fi atît de benefice pentru o mamă posedată de arhetipul matern. Dintr-o dată, relația ei cu copilul devine mai destinsă. E ca și cum iubitul ei i-ar spune: « Amintește-ți că ești femeie înainte de a fi mamă. Nu el este bărbatul vieții tale, ci eu! Și apoi, nu ești singura ființă de lîngă acest copil, el trebuie să trăiască și în afara ta. Nu poți să fii totul pentru el, lasă-l să-și trăiască viața. » Pentru că prezența tatălui îl ajută pe copil să se desprindă de familie, se spune că tatăl e cel care-l introduce în lumea socială. Căci copilul nu cunoaște doar dorința de incest cu mama sa. Motivat de procesul de individuație, copilul poartă în el și dorința de a se separa de mamă pentru a-și urma evoluția. Tatăl ușurează acest proces de separare. Atașamentul incestuos e necesar în primii ani pentru a-i permite copilului să se lege în chip firesc de părinți, dar, pe măsură ce copilul crește, alte necesități i se impun din exterior, ca și din interior.
De altfel, după Jung, e posibil ca teama de castrare ce apare la fiu să fie un factor natural care-l ajută să se separe de mamă.[29] Această teamă se elaborează mai curînd în raport cu figura maternă omniprezentă decît în raport cu tatăl sau cu altă instanță paternă. De aceea, în psihicul copilului, mama capătă cu timpul trăsături amenințătoare. Inconștientul produce, ca reacție la primejdia pe care fuziunea cu mama o reprezintă pentru dezvoltarea copilului, figuri de vrăjitoare hidoase. O voce lăuntrică pare să-i spună copilului că nu-și va trăi viața cu ea și că pentru a-și continua dezvoltarea trebuie să respingă această tentație.
Cînd mama își reprimă dorința față de copil pentru că tatăl este prezent, pentru că are un partener satisfăcător sau pentru orice alt motiv, ea ușurează trecerea copiilor la vîrsta adultă. Aceștia nu vor trebui să suporte suferința separării de o mamă devenită dependentă de ei, nici nu vor trebui să joace din nou, în primele lor cupluri, sub forma bine cunoscută a ambivalenței, drama

unei separări interzise. Cînd nici dorința maternă și nici dorința copilului nu sînt reprimate, consecința va fi o slăbire a construcției psihice a celui din urmă. Instanțele de interdicție ale supraeului nu sînt activate, iar copilul va avea dificultăți în a-și impune limite și a se afirma. Îi va fi la fel de greu să se angajeze spunînd « da » sau să refuze spunînd « nu ». Pe deasupra, se va teme să nu provoace suferință altei persoane, căci n-a îndrăznit niciodată să-și înfrunte complexul matern.

Mă întreb dacă nu cumva această situație accentuează la bărbat separarea dintre sexualitate și sentimente. În acest incest afectiv, actul sexual propriu-zis nu are loc, însă există interdicția de a aparține altei femei pe plan amoros. Sexualitatea unui bărbat poate deveni astfel total separată de sentimentele lui. El va putea face dragoste cu altcineva, dar nu se va putea dărui atîta timp cît lumea lui sentimentală va aparține simbolic mamei sale. Va trebui chiar să ucidă iubirea celor care se apropie de el pentru a nu provoca furia dragonului matern.

O altă consecință a complexului oedipian nerezolvat între mamă și fiu este întîietatea autoerotismului la numeroși bărbați. Pornografia exprimă și totodată exploatează această situație psihologică. Bărbatul se masturbează în fața unor trupuri de femei pe care nu le poate atinge, ca un copil ce visează în spatele ferestrei la ziua cînd va fi liber. Acest autoerotism legat de consumul de material pornografic, care durează uneori toată viața, simbolizează cum nu se poate mai bine teama de castrare.

Pubertatea sau războiul deschis

În general, relația mamă–fiu, chiar încremenită într-un context incestuos, funcționează la început fiindcă amîndoi au nevoie de iubire pentru a supraviețui. Freud observa că, dacă nu se rezolvă între trei și cinci ani, complexul lui Oedip se reactivează în general la pubertate, după o perioadă numită *de latență*, în timpul

căreia totul părea adormit. În acel moment, relația dintre mamă și fiu riscă să se transforme într-o luptă pentru putere. Marea lor iubire devine brusc o închisoare ce împiedică înflorirea individuală a fiecăruia.

În general, o dată cu pubertatea, cuplul imposibil este supus la încercări dure. Vîrsta agravează tensiunea care mocnea de la o vreme între mamă și fiu. Insuficient afirmat, lipsit de modele masculine cu care să se identifice, fiul va încerca să încalce legea maternă pentru a-și cîștiga propria identitate de bărbat. Războiul izbucnește. Disperată, mama încearcă prin toate mijloacele să-și controleze fiul, iar acesta îi răspunde prin și mai multă ingratitudine. S-ar spune că vrea să-și tracaseze mama în toate modurile imaginabile. E vîrsta numită, pe drept cuvînt, « ingrată ». Teama de a rămîne prizonierul universului matern trezește în inconștientul fiului arhetipul eroului, și uneori chiar pe cel al războinicului. Din punct de vedere strict psihologic, e vorba de o reacție extrem de sănătoasă care-l va pregăti pe tînăr pentru sarcinile care-l așteaptă, căci mama nu va fi mereu lîngă el ca să-i poarte de grijă. Fiul începe să trîntească ușile, să pună muzica la maximum și să aibă tot felul de atitudini cocoșești care le îngrozesc chiar pe mamele cele mai tolerante. « Era așa delicat, își spun ele, cum a putut să devină atît de brutal de la o zi la alta? »

În fața unor asemenea purtări, trebuie înțeles că fiul nu se adresează femeii, ci Mamei, adică funcției materne. Cum nu mai există rituri inițiatice menite să-l separe automat de mamă, fiul, fără să știe, adoptă comportamente care o fac pe mamă să se retragă. O forță necunoscută îl împinge să-și urmeze calea spre vîrsta adultă. Vorbe grosolane, farse vulgare, blasfemii, mici acte de delincvență, lipsă de igienă – toate servesc aceluiași scop: eliberarea de sub jugul matern. Iată de ce aceste gesturi sînt exact contrariul manierelor cu care o mamă încearcă să-și deprindă copilul. Iar sensul lor e chiar acesta: fiul simte nevoia să rupă cu educația maternă.

Dacă femeia înțelege rapid ce se petrece, ea va suferi mai puțin și va putea să ușureze trecerea fiului la vîrsta adultă. Le-am spus adesea unor mame disperate: « Fiii voștri vor mai puțină prezență maternă, așa că dați-le mai puțină! E timpul să vă amintiți de femeia din voi. Faceți-o să trăiască din nou. Regăsiți-vă gusturile și dorințele. Refaceți-vă viața. »

Pubertatea este o a doua naștere. Dacă ar trebui să numesc cele mai importante trei momente din viața unui om, vîrsta de paisprezece ani ar fi cu siguranță unul dintre ele, alături de naștere și moarte. Sfîrșitul pubertății este atît de important pentru ființa umană, încît l-am putea numi « a doua naștere ». E nașterea în lumea socială. Adesea, în triburile din vechime, tinerii se puteau căsători începînd de la această vîrstă. Pentru băiat ca și pentru fată, începutul adolescenței marchează momentul în care se trezește un puternic impuls de autonomie. Acest impuls e un lucru absolut natural. Fiziologic vorbind, de la această vîrstă sîntem pregătiți să ne trăim viața. În societatea noastră, perioada dintre paisprezece și optsprezece ani a devenit cea mai dificilă deoarece adolescenții posedă deja elementele ce le permit să fie ființe autonome, dar organismul social le refuză această autonomie pînă la optsprezece ani și adesea chiar după această vîrstă.

La sfîrșitul pubertății, importanți pentru adolescenți nu mai sînt părinții, ci ceilalți adolescenți. Ei descoperă iubirea și societatea. În fapt, transmiterea patrimoniului de norme de la părinți la copii trebuie să se facă înainte de paisprezece ani: după aceea, copiii nu mai sînt pe aceeași lungime de undă cu părinții. Ei captează mesajele societății și adesea refuză mesajele părinților. În consecință, controlul părintesc ar trebui să se relaxeze. Încrederea ar trebui să înlocuiască tutelarea, negocierile și înțelegerea ar trebui să înlocuiască interdicțiile. Este esențial ca părinții să înțeleagă că după această vîrstă

severitatea excesivă sau supraocrotirea nu fac decît să distrugă forța vitală a copilului.

În mare măsură, importanța pubertății ne scapă. Cercetătorii observă de altfel că în zilele noastre adolescența se prelungește adesea pînă la treizeci de ani. Cînd separarea dintre părinți și copii nu se face la pubertate, ea are loc adesea cu douăzeci sau treizeci de ani mai tîrziu, cu ocazia crizei de la mijlocul vieții. Dacă părinții ar fi conștienți de această realitate psihologică, multe dintre conflictele lor cu copiii ar putea fi evitate.

Antieroul sau nașterea avortată. Trezirea arhetipului eroului și al războinicului în adolescent e o dovadă de sănătate psihică: ea arată că spontaneitatea și natura n-au fost complet strivite de educație și că puternicul impuls de autonomie se poate manifesta. Uneori se produce însă contrariul.

O femeie a venit să-mi ceară sfatul în urma tentativei repetate de sinucidere a băiatului ei de șaisprezece ani. Mama înțelegea cu atît mai puțin actul fiului, cu cît încercase să se dea la o parte din calea lui și să nu-l contrarieze în nici un fel. Cu toate astea, relația dintre ei era din ce în ce mai tensionată. Mama își reprima revolta, devenind tot mai complezentă.

Însă inconștientul fiului era profund marcat de comportamentul matern, iar anima lui, modelată după personalitatea mamei, întruchipa o femeie politicoasă, incapabilă să se impună. În același timp, combativitatea lui nu se putea exprima. Cădea cu ușurință în stări depresive și tendința lui spre suicid reflecta acest eroism inversat. În loc să-și cîștige dreptul la independență, îndreptîndu-și agresivitatea către mamă, fiul devenise agresiv cu el însuși. Voia să-și distrugă viața în loc să și-o creeze. În cabinetul meu, mama înlăcrimată îmi mărturisea că-i este imposibil să înțeleagă ce se întîmplă. I-am spus că funcția tentativelor de sinucidere fusese, probabil, chiar aceea de a crea un spațiu în care ea

și înțelegerea ei să nu poată pătrunde. Fiul simțea acum nevoia să evadeze din lumea maternă. Aveam de asemenea impresia că înapoia tentativelor de sinucidere se ascunde o chemare inconștientă adresată tatălui. Într-adevăr, acesta întrerupsese aproape complet relațiile cu băiatul său de cînd divorțase de mamă. I-am sugerat pacientei mele să-i ajute pe cei doi să se reîntîlnească.
I-am revăzut pe mamă și pe fiu peste un an. Ultimul locuia acum la tatăl său și lucrurile reintraseră în ordine. Avea o relație bună și adecvată cu mama sa și se putea bucura acum de înțelegerea ei fără să-și mai simtă amenințată identitatea masculină.

Am văzut numeroase cazuri dificile rezolvîndu-se numai prin intrarea în scenă a tatălui. Însă chiar și în familiile intacte, mamele se plîng că, începînd de la o anumită vîrstă, fiii refuză să le mai asculte. Tatăl trebuie atunci să-și manifeste clar prezența, căci dacă fiul refuză să-și asculte mama, adesea el acceptă mai ușor sfaturile tatălui. E vîrsta la care simte nevoia să-și măsoare puterile, căutînd atît aprobarea, cît și dezaprobarea, pentru a-și dovedi că sînt bărbați.
Pentru o mamă care și-a sacrificat ani buni din viață pentru creșterea copilului său nu e ușor, la pubertatea acestuia, să se dea la o parte. Faptul de a avea un partener sau o preocupare care să trezească femeia din ea are o importanță capitală; altfel, sacrificiul riscă să fie prea dureros și pur și simplu nu va fi făcut. Mama se cramponează și primește din ce în ce mai multe lovituri din partea unui adolescent tot mai ingrat. Ea trebuie să înțeleagă că pornirea lăuntrică a copilului său este expresia unui impuls natural la fel de puternic ca acela care a împins-o pe ea să devină mamă.
Cu cît fuziunea dintre copil și mamă este mai strînsă, cu atît războiul de separare riscă să fie mai sîngeros. Dacă o relație umană merge pînă la fuziune, pasiunea provocată de ea riscă să ajungă la violență. Relațiile

familiale nu fac excepție. Cu cît tatăl unui adolescent este mai laș și mai incapabil să-și înfrunte soția, cu atît vor exista mai multe accidente și mai mulți răniți. Sau, într-o zi, familia năucită va descoperi că fiul duce un soi de viață dublă: acasă e băiat cuminte, politicos, drăguț, iar în afara casei părintești se dedă la cele mai rele excese (alcool, droguri, delincvență). Într-un asemenea caz, violența e transferată în exterior. E bine de știut că 92% dintre adolescenți și adolescente comit cel puțin un act de delincvență în cursul acestei perioade: simt nevoia să testeze limitele realității.

Limita sănătoasă

Cel mai bun mijloc de a evita războiul rămîne acela de a fixa limite cînd copilul e încă la o vîrstă fragedă, pentru a diferenția clar teritoriul mamei de cel al fiului. Dozajul corect e greu de găsit: dacă mama impune prea multe limite, copilul va răspunde revoltîndu-se, dacă nu impune destule, copilul nu va învăța să-și domine frustrările și va fi copleșit de ele. Pentru a se apăra de ingratitudinea fiului care, împins de arhetipul eroului, va dori să se afirme la pubertate, mama trebuie să-i acorde treptat tot mai multă libertate. E bine să amintim că limitele îi dau copilului un cadru securizant și îi fixează jaloanele de comportament. E de asemenea important să le respecte și părinții, pentru a nu-l deruta pe copil.

Fiii prea ocrotiți de mame au mari dificultăți mai tîrziu, cînd mama nu mai este alături, să înfrunte încercările vieții. Atunci, refuzul limitelor se exprimă adesea prin consumul de alcool sau de droguri, care devin adevărate mame de substituție. Adesea, fiii aceștia se dovedesc depresivi și necombativi, suportînd greu frustrările. Partea cea mai rea este că mama, simțindu-se vinovată, are tendința să supraliciteze și să-și ia din nou fiul sub aripa ei, chiar dacă acesta nu mai e de mult un copil. Mama crede că n-a făcut destul pentru el, cînd

de fapt a făcut prea mult. Asemenea părinți trebuie încurajați să practice *the tough love*, cum spun Alcoolicii Anonimi, iubirea dură: o formă de relație care suspendă grija exagerată față de fiu, lăsîndu-l să înfrunte singur încercările vieții, chiar cu riscul unui eșec. Bineînțeles, nu e ușor să-i convingi pe părinți că este cel mai bun mod de a iubi un copil, mai ales cînd acesta e suferind, dezarmat și respins. Totuși, dacă nu reacționează, părinții riscă să devină ei înșiși victimele unei ființe care a hotărît să se distrugă.

Mamele sînt extrem de vulnerabile în această privință. Cînd iubirea și fuziunea au fost puternice, unele pur și simplu nu reușesc să se distanțeze suficient de fiu pentru a-l lăsa să-și ducă singur crucea. Încearcă să se interpună și își pierd propria liniște. O femeie de șaptezeci de ani îmi spunea cît suferă văzîndu-și fiul de cincizeci că se îneacă în alcool. În ciuda frustrării, nu reușea să se rupă de el. Fiul bea, dar ea se otrăvea și mai rău trăind zilnic acest roman de groază. Or, tragedia acestei mame este departe de a fi singulară. E mai curînd monedă curentă. Aș vrea să le spun tuturor femeilor cu o asemenea soartă că pentru ele vremea responsabilităților s-a terminat de mult. Din momentul în care un tînăr intră în adolescență, părinții nu mai trebuie de fapt să răspundă pentru el. E cazul ca tînărul să-și ia soarta în propriile mîini, indiferent care i-a fost copilăria. Mamele ar vrea să trăiască în locul fiilor pentru a-i scuti de vicisitudinile soartei. Dar nimeni nu poate trăi o dramă în locul altcuiva. Fiul trebuie să aleagă singur ce vrea să facă din viața lui.

Ca să nu existe două victime, cea mai bună măsură preventivă este ca mama să-și aducă aminte de femeia din ea, de responsabilitatea individuală pe care orice om o are față de viața lui. Trebuie să-și regăsească gusturile, dorințele și să se dedice activităților ce alungă din minte fantomele rele. Trebuie să recapete simțul destinului personal și să înțeleagă că e responsabilă în primul rînd

pentru ceea ce se petrece cu ea. Trebuie să folosească o asemenea încercare ca să învețe să-și domine angoasele și gîndurile obsesive. Aceste drame, ce le îmbătrînesc înainte de vreme pe multe mame, apar pesemne pentru a le reaminti că prima lor datorie este să lase Mama să plece și să-și regăsească inima de femeie.

Zestrea și datoria

Am văzut că, la tînăra femeie devenită mamă, frustrarea afectivă poate duce la o căsătorie simbolică cu fiul. Chiar dacă în plan strict sexual nu se întîmplă nimic, în plan afectiv această fuziune poate ușor să capete o nuanță incestuoasă. Căzînd anumite bariere, e pusă în pericol fragila construcție psihică a copilului, care e folosit pentru a satisface nevoile afective ale mamei. Menținerea fuziunii mamă–fiu dincolo de primii ani va avea consecințe importante asupra vieții copilului, mai ales în domeniul relațiilor lui de cuplu, dar ea presupune, să nu uităm, sacrificii importante și pentru femeia devenită mamă.

Pentru a înțelege mai bine importanța dramei care se desfășoară în profunzimea relațiilor mamă–fiu, am căutat un instrument de reflecție adecvat. L-am găsit la psihanalistul J. D. Lichtenberg, ale cărui lucrări se ocupă, printre altele, de nevoile fundamentale ale nou-născuților, nevoi ce se manifestă chiar de la naștere, sînt înnăscute și, ca să spun așa, preprogramate.[30] Lichtenberg le-a clasificat în cinci categorii distincte:

1. *Nevoile fiziologice*: cînd copilului îi este foame, sete, cald sau frig, el își exprimă nevoia spontan, prin plînsete și strigăte. 2. *Nevoile afective și nevoile de apartenență*: copilul are nevoie să aparțină unui mediu, unei comunități care să-i ofere afecțiune și încurajare; are

nevoie să fie atins și dezmierdat; are nevoie de căldură umană în aceeași măsură ca de căldură fizică. 3. *Nevoile de autonomie și de afirmare*: fără să-l învețe nimeni, copilul știe să țipe pentru a arăta că dorește ceva; sau știe să fugă, de îndată ce poate, pentru a explora mediul înconjurător. Această nevoie este înnăscută și o va simți toată viața. 4. *Nevoia de a spune nu*, cu alte cuvinte capacitatea de a-și exprima dezacordul sau neplăcerea: cercetătorul a remarcat, de pildă, că sugarii întorc spontan capul de la sîn cînd nu le mai este foame sau cînd nu vor să mănînce; noțiunea de refuz este deci prezentă în noi de la cea mai fragedă vîrstă și face parte din nevoile fundamentale de exprimare. 5. *Nevoile sexuale și senzuale*: e destul să observăm un sugar cîteva minute ca să vedem în ce măsură poate vibra la nivelul senzualității; cînd a mîncat bine și se simte sătul, își exprimă satisfacția prin strigăte de bucurie; de asemenea, simte cu multă plăcere sau neplăcere ceea ce se petrece în el și, foarte curînd, nevoile lui sexuale se vor manifesta spontan. Plăcerile corpului ne fascinează de la începutul vieții. Reprimarea lor în cultura noastră va fi cu atît mai feroce.

Din cele cinci nevoi fundamentale, vom reține nevoile sexuale și senzuale, nevoia de autonomie și nevoia de a exprima un refuz. Țin mai ales să arăt că nevoile fundamentale pe care mama le sacrifică pentru a-și crește copiii, de multe ori fiindcă nu are de ales, vor fi adesea plătite de copii. Abnegația oarbă are așadar o limită fixată de inconștient: ceea ce femeia aduce ca zestre în căsătoria mamă–fiu, ceea ce ea sacrifică sau își interzice sieși, va deveni datoria fiului, care va trebui să-și asume aceleași sacrificii.

Nevoia de autonomie

Am făcut totul ca să-i fac pe plac... mă sufocam ca să-i fac pe plac! Să începem cu nevoile de autonomie și de afirmare. Un bărbat de 50 de ani ne spune:

Cînd eram mic, făceam orice ca să n-o supăr pe mama. Pentru a-i face pe plac, mă străduiam să fiu un copil model. Mă duceam la cumpărături. Aveam note bune la școală. Criza de adolescență n-am făcut-o acasă, ci mai tîrziu. Timp de douăzeci de ani, am băut și am ieșit cu femei. Căsătorit și divorțat de două ori, am avut patru copii. La cincizeci de ani, mă trezesc. Adolescența mea s-a încheiat!

Dacă am întreba-o pe mama acestui bărbat, sînt puține șanse ca ea să-i confirme povestea. Mai curînd se va plînge: « Nu înțeleg ce vă spune. Doar i-am dat tot ce-a vrut, eu n-am pretins niciodată nimic! » Fiecare încearcă, în felul lui, să spună că s-a străduit să-i facă celuilalt pe plac și să-i lase cîmp liber. Fiecare și-a sacrificat propriile nevoi de autonomie și de afirmare pentru a nu-l supăra pe celălalt.

Cum am văzut, identitatea personală gravitează în jurul a doi poli: nevoile de fuziune pe de-o parte și nevoile de afirmare pe de alta; altfel spus, nevoia de a te apropia pentru a fi iubit și nevoia de a te îndepărta pentru a deveni conștient de sine. Individualitatea capătă formă datorită tensiunii ce există între acești poli – opuși și totodată complementari. A opta pentru unul în detrimentul celuilalt, adică a-ți anihila individualitatea într-o relație sau a te închide într-un individualism furibund, care-i disprețuiește pe ceilalți, duce la tot felul de complicații psihologice. Noi avem nevoie de ceilalți pentru a exista, iar grupul are nevoie de aportul individualității noastre pentru a rămîne viu. Formula aceasta se aplică foarte bine și relației dintre mamă și fiu: copilul are absolută nevoie de mamă pentru a-și construi personalitatea, dar trebuie să-și părăsească poziția de copil pentru a deveni bărbat; la fel, o femeie trebuie să accepte sacrificii în plan individual pentru a deveni mamă, dar trebuie să iasă din rolul matern pentru a redeveni femeie și a-și continua dezvoltarea personală.

Din păcate, exprimarea nevoilor de autonomie este adesea prost primită de mediul familial și de cel social. Majoritatea oamenilor ar prefera să nu aibă asemenea nevoi, căci manifestarea lor presupune o doză de agresivitate. Cumplita frică de a nu-l răni pe celălalt apare imediat, născînd adesea sentimente de culpabilitate. De aceea, pînă la urmă, strategia preferată a multor mame și fii constă în a-i abandona celuilalt tot teritoriul, pentru a evita înfruntările. Dar cu acest comportament se escamotează adevăratul sens al întîlnirii mamă–fiu: ca să existe întîlnire între două persoane, trebuie să existe conflict și rezolvarea conflictului. Conflictele apar pentru a stimula viața. Din clipa în care, ca să cumpărăm pacea cu ceilalți, ne reprimăm sistematic toate nevoile interioare ce riscă să genereze fricțiuni, intrăm direct în domeniul indiferenței și al negării realității.
Cînd femeia s-a identificat total cu rolul matern, reprimarea nevoii de afirmare personală are consecința următoare: automat, nevoia de autonomie a fiilor și fiicelor reprezintă pentru ea o amenințare. Chiar dacă e conștientă că trebuie să-i lase pe copii să-și trăiască viața, mama nu le va putea permite să se separe; ar fi pentru ea o pierdere de identitate prea importantă. Deoarece și-a pierdut simțul propriei existențe ca femeie, ar avea impresia că, dacă nu mai este mamă cu normă întreagă, nu mai este nimic.
Știu că funcția maternă le cere mamelor să-și diminueze nevoia de independență un număr de ani, cel puțin pînă la adolescența copiilor, dar a diminua nu înseamnă *a renunța* la orice manifestare de autonomie și la tot ce constituie plăcere personală. O mamă trebuie să rămînă în contact cu persoana care este, independent de copii. Trebuie să aibă curajul să se ia în serios. Să se întrebe ce-ar face dacă ar fi singură, fără copii de îngrijit, și să încerce să găsească compromisuri acceptabile. Am remarcat în ședințele de analiză că pacienții vorbesc cu multă simpatie despre acele mame care, fără

să uite de îndatoririle lor casnice, își făceau totuși timp pentru o activitate personală – de pildă, să picteze sau să scrie. Blamabil e doar excesul, cum ar fi să-ți neglijezi copiii sub imperiul unei pasiuni violente.

Ce suportă mamele din partea fiilor. Fiul silit să-și reprime nevoia de independență din cauza lipsei de siguranță a mamei rămîne dependent de fuziunea emoțională la fel de mult ca și ea. Dorința de autonomie a mamei poate deveni tot atît de amenințătoare pentru el pe cît sînt pentru ea dorințele lui. Multe mame povestesc despre adolescenții care se cramponează, care le interzic să aibă un nou partener doar pentru că astfel n-ar mai avea acces la « biberonul » matern. Fac tot ce pot pentru a demonstra cît îl detestă pe noul venit. Nu vor s-o lase pe mamă să-și facă o nouă relație de teamă că-și vor pierde locul privilegiat lîngă ea. În fapt, reacționează ca niște mici proprietari de pămînt care vor pierde un sclav.

Psihologia vorbește mult despre traumele provocate de părinți – îndeosebi de mame – copiilor, dar vorbește mai puțin despre traumele provocate de copii părinților. Mamele sînt și ele devorate de fii geloși și posesivi. De pildă, o mamă îmi povestea că, atunci cînd un nou bărbat a apărut în viața ei, fiul a devenit deodată foarte cusurgiu. Îi verifica orele la care pleca în oraș, iar dimineața o întreba la ce oră s-a întors acasă seara. Tiranic, îi calcula pînă și caloriile zilnice, reproșîndu-i că mănîncă prea mult! Recăsătorită după ce trăise mulți ani singură cu fiul ei, femeia îmi povestea cu umor că acesta se măsoară întruna cu noul ei soț. În fiecare seară, la masa de ping-pong, fiul anunță miza – de fiecare dată aceeași: « Cine pierde pleacă din casă! » Complexul lui Oedip e pe cale să-și găsească rezolvarea cu zece ani mai tîrziu decît trebuia. Rezultatul va fi eliberarea fiului și a mamei deopotrivă, căci rolul tatălui, fie și vitreg, e tocmai acesta: să-i ajute pe amîndoi să evite

o relație ce le neagă nevoile de evoluție. Permițînd refacerea triunghiului familial, prezența tatălui blochează accesul automat al fiului la mama sa, iar acesteia îi permite să rămînă femeie în ochii unui bărbat, în loc să fie doar mamă în ochii unui copil.

Nevoia de a spune nu. Se crede de obicei că în relația mamă–fiu nici ea, nici el nu au dreptul să simtă antipatie. Mama trebuie să-și iubească fiul, iar fiul trebuie să-și iubească mama – sînt sentimente obligatorii. Ca și cum ar fi un lucru de la sine înțeles. Ca și cum n-ar fi normal ca în anumite momente să ai chef să uiți de această obligație. « N-o face niciodată pe mama ta să plîngă, iubește-o veșnic » spunea un cîntec. Pline de bune intenții, aceste cuvinte sînt echivalente, pentru un copil, cu interdicția de a-și exprima lipsa de dragoste sau dezacordul față de mama sa, de a-i spune *nu*, fie și ca s-o țină departe de propria lui viață. Paradoxal, în felul acesta copilului îi va pieri și cheful să-i spună *te iubesc*. Căci dragostea și ura sînt, dacă-mi îngăduiți această comparație, ca apa caldă și apa rece ieșite din același robinet. Blocînd exprimarea sau explorarea unui pol, blocăm și accesul la celălalt pol. Bărbații vor purta mult timp povara acestui soi de rigiditate emoțională căreia îi ignoră originile. Mai tîrziu, în relația de cuplu, adesea nu vor ști nici să spună *te iubesc*, nici să vorbească deschis cu partenera despre ceea ce nu merge între ei.

Cei mai mulți bărbați, conștienți de uriașul sacrificiu pe care mama l-a făcut pentru ei, nu pot să-i spună de ce se îndepărtează de ea. Abnegația ei a înăbușit orice posibilitate de contestare. La simpla idee de a avea cu ea o explicație, au sentimentul că sînt niște fii denaturați. « Nu se face ! Un fiu nu are dreptul să-i spună așa ceva celei care i-a dat viață ! » – sînt cuvintele ce pun capăt discuției, lăsîndu-le un sentiment de culpabilitate. Pierd astfel șansa unei relații adevărate, precum

și prețioasa ocazie de a-și putea exprima cu adevărat întreaga dragoste și prețuire pe care le simt. Ce-i drept, în familiile moderne care funcționează bine, lucrurile nu se mai petrec chiar așa. Cum femeile se identifică mai puțin cu funcția maternă, copiilor le vine mai ușor să discute cu ele și să-și exprime dezacordul. Cel mai adesea, regulile se negociază cînd copiii sînt la o vîrstă fragedă. Aceste noi atitudini au avantajul de a lăsa moștenire fiilor o datorie mai mică față de mame, evitînd totodată culpabilitatea și ambivalența.

În practica mea psihoterapeutică, am fost surprins să constat contrapartea maternă a acestui fenomen: cele mai multe mame cred că n-au dreptul să se manifeste decît ca *mamă bună*. De frică să nu fie arătate cu degetul, nu îndrăznesc să vorbească despre *mama rea*, cea căreia i s-a făcut lehamite, cea care se înșală, care lovește, care e depresivă. Totuși, toate mamele o cunosc. Dar despre ea, despre mama cea rea, despre vrăjitoare, nu trebuie vorbit. Mamele nu pot crede că au dreptul la această lehamite, legitimă totuși. Se tem să se îndepărteze de familie, să facă o pauză. *Trebuie* să le placă să fie mame. Datoria lor este să se arate mereu disponibile și bine dispuse. Aspiră să fie niște eroine și își judecă aspru propriile slăbiciuni.

Într-un asemenea context, cum se va exprima agresivitatea canalizată spre interior? Ei bine, va înflori sub formă de boli, accidente, răni, ticuri nervoase și crize depresive ce trădează, toate, nevoia neglijată de independență. Boala și accidentul, în speță, prezintă marele avantaj, ce-i drept discutabil, de a ne permite să facem o pauză fără a risca să pierdem respectul celorlalți. Este întotdeauna interesant să cercetăm în ce context survine, de pildă, rănirea unui copil sau a unui părinte. Rareori aceste evenimente sînt întîmplătoare și, dacă ne ostenim să săpăm ceva mai adînc, descoperim că de cele mai multe ori sînt condiționate de umorile sau de dorințele refulate.

În ce-i privește pe adolescenți, confruntările care nu au loc în casă sînt adesea transferate în exterior. Ele devin conflicte cu autoritățile școlare sau cu poliția, în urma unor mici delicte. De fapt, regula e simplă: cu cît o familie tolerează mai puțin dezacordurile și este mai închisă, cu atît riscurile de a pierde controlul sînt mai mari. Ceea ce este refulat își găsește o supapă în boli, accidente, răniri și acte de delincvență. Grijile care se acumulează caută o cale de a se manifesta. Fiecare din aceste crize reprezintă o ocazie de a deveni conștienți de ceea ce nu merge.

Nevoile sexuale și senzuale

Mama – sfîntă, fecioară și martiră. Sexualitatea este cel de-al treilea domeniu în care nevoile fundamentale ale mamei și ale fiului sînt frustrate. Așa cum am spus deja, părintele de sex opus e cel care confirmă diferența sexuală a copilului. Pentru mulți fii însă, această diferență sexuală, departe de a fi confirmată de mamă, e pur și simplu trecută sub tăcere. Mai rău, uneori e negată deschis. În loc să-și facă din ea o sursă de mîndrie și de plăcere, fiii sfîrșesc prin a-și considera sexualitatea drept un lucru rușinos și murdar. La fel cum fetele ar vrea să audă de la tații lor: « Ești frumoasă, fiica mea, dar vei aparține altui bărbat », băieții simt nevoia să știe că o femeie îi poate dori.

Or, multe mame, dezamăgite de relația intimă cu soțul lor, aproape că urăsc sexul. Principala consecință este că fiii dezvoltă o dublă sexualitate: una « sănătoasă » pentru mamă și alta, frizînd nerușinarea, pe care o trăiesc în exterior, prin gustul pentru pornografie, *peep shows*, *strip-tease* etc. Cum sexualitatea lor nu este educată în cadrul familial, ea rămîne într-o fază rudimentară. Toate acestea sugerează castrarea și trădează dificultatea lor de a-și asuma complet sexualitatea. Un bărbat chinuit de o mamă care continua să-l trateze la treizeci și cinci de ani ca pe un băiețaș mi-a povestit că

într-o seară a mers la ea acasă, s-a dezbrăcat și, gol pușcă, i-a strigat: « Uite, mamă, sînt un bărbat! »
Iată cum explică asemenea izbucniri psihiatrul și etologul Boris Cyrulnik. După el, dezvoltarea afectivă a băieților diferă considerabil de cea a fetelor. Traseul fetelor e mai armonios, pentru că ele nu sînt confruntate la o vîrstă fragedă cu dorința sexuală, mamele fiind de același sex cu ele. Băieții își iubesc mamele din toată inima, dar, de la o vîrstă încolo, își inhibă reacțiile sexuale față de ele. Astfel se naște o angoasă în raport cu spontaneitatea organului lor sexual. Pentru că trebuie să împiedice emergența unui anumit sentiment, ei sînt constrînși de foarte timpuriu la inhibiție și blocaj. Așa se și explică pericolul de explozie. Căci cu cît reprimăm mai mult o forță vie, cu atît ea riscă să izbucnească mai brusc și mai violent.[31]
O psiholoagă din Iran mi-a spus că forța explozivă a revoluției islamice din țara ei este în întregime determinată de reprimarea sexuală. Aceeași lege psihologică se aplică și într-o familie: cu cît există mai puțină toleranță față de sexualitate, cu atît băieții învață să funcționeze prin inhibiții și explozii succesive: ei vor fi, rînd pe rînd, complet blocați și complet dezlănțuiți, două comportamente sexuale pe care femeile le condamnă. Aceste fapte pledează împotriva intoleranței sexuale și în favoarea importanței educației sexuale în cadrul familiei.

De la băiețel la bărbat. Cînd eram tînăr, emisiunile involuntare de spermă din timpul somnului erau numite *poluții nocturne*. Poluție – poluare! E ca și cum ai spune murdărie, rebut, deșeuri toxice. Pentru tînărul bărbat, nu e cel mai bun mod de a-și începe aventura sexualității. Să nu uităm că în riturile inițiatice tribale sperma juca un rol extrem de important. Adesea, băieții erau îndemnați să bea sperma unui adult din trib, cu scopul de a-i asimila forța vitală. Chiar și în Grecia antică,

leagănul civilizației noastre, se înregistrează un fenomen pe care Elisabeth Badinter îl numește *homosexualitate pedagogică*: tinerii efebi erau chemați să practice felația asupra unor adulți, tot spre a le incorpora vitalitatea.[32]

O dată cu apariția creștinismului, sperma și-a început calvarul. Mai ales ca produs al masturbării, obsesie favorită, odinioară, a slujitorilor bisericii. Masturbația a devenit păcatul mortal prin excelență, probabil pentru că oferă o ușurare imediată, în timp ce morala religioasă a transcendenței e o morală a efortului și a reținerii. Sfîntul Toma d'Aquino, de la care vine această condamnare fără apel a plăcerii solitare, spunea că risipirea prețiosului lichid seminal echivalează cu un asasinat de vreme ce sperma, germenul ființei umane, conține omul complet. Însă nu numai creștinismul condamnă sexualitatea solitară. Majoritatea religiilor văd în ea o pierdere de energie vitală. Pînă și psihologia a intervenit, susținînd că masturbația practicată după adolescență e semn de infantilism. Urmarea este că, și astăzi, masturbația rămîne un subiect tabu ce-i pune în încurcătură pe părinți. Ei nu știu ce să spună ori să gîndească despre ea, știu doar s-o condamne ori s-o treacă sub tăcere. Dar dacă ar îndrăzni să vorbească mai deschis despre problemele legate de sex, i-ar face pe adolescenți mai conștienți de adevăratele mize legate de această mare bucurie a vieții.

Nu mă aventurez să dau aici soluții practice părinților, dar sînt convins că primul lucru pe care-l avem de făcut este să celebrăm sexualitatea ca pe ceva puternic și frumos, așa cum e în realitate. Or, asta se întîmplă foarte rar. Uităm în ce măsură întreaga noastră ființă este sexuală. Sexualitatea exprimă însuși impulsul vieții. Este manifestarea ei cea mai spirituală, căci ține de același mister în care viața își are originea și temeiul. A face, așa cum s-a făcut, o strictă separare între spiritualitate și sexualitate înseamnă a avea asupra vieții o viziune

limitată, în care nu încape adevărul că am venit pe lume, în primul rînd, pentru a crea și a procrea.

«Blestemații de bărbați». Jena fiului față de sexualitate va avea urmări la vîrsta adultă. Nu e ușor pentru un adolescent să-și audă mama plîngîndu-se cu voce tare de sexualitatea bărbaților, « care sînt, cu toții, niște porci! ». E vorba, de regulă, de repulsia unei femei ținute sub călcîi de un bărbat care nu se gîndește decît la propria-i plăcere. Ea ajunge să urască sexualitatea și toate manifestările ei pentru că vede în ele simbolul sclaviei sale domestice. Își regăsește un soi de virginitate simbolică ridicîndu-se deasupra sexului. Reflexul e de înțeles, dar marchează încă un pas în abandonarea femeii din ea, consfințindu-i rolul de martiră lipsită de bucurie și de plăcere și condamnînd sexualitatea fiilor să ajungă în aceeași fundătură.

Putem spune că astăzi comportamentele sexuale au fost eliberate. Dar dezbaterea pe tema lor încă n-a avut loc. Atît timp cît sexualitatea nu va fi celebrată ca o forță vie, ce trebuie tratată cu respect, ea se va exprima anarhic și nu-și va găsi locul în ierarhia valorilor noastre. Va continua să fie o chestiune obsedantă și o forță haotică în viața multor oameni. Sexualitatea este o divinitate arhetipală, deci are puterea să ne stăpînească trupul și mintea atunci cînd nu-i consacrăm un cult adecvat. Dacă în loc s-o celebrăm o ascundem în ungherele sordide ale psihicului, ea se pervertește și se urîțește.

În această privință, mai avem încă multe de învățat de la vechii greci. Ei n-ar fi trimis un obsedat sexual la templul lui Apollo (cabinetul terapeutului) ca să învețe să se stăpînească. Dimpotrivă, l-ar fi trimis la prostituatele sacre din tempul Afroditei, ca să se roage și să facă dragoste, căci grecii socoteau că o persoană obsedată e victima răzbunării unei zeițe neglijate. Cît timp individul nu va învăța s-o valorizeze pe Afrodita și să-i facă un loc adecvat în viața lui, el va fi posedat de

imaginea seducătoare a zeiței, care ne cere să-i celebrăm frumusețea. Căci un individ poate să se masturbeze sau să facă sex în fiecare zi fără să aibă respect pentru sexualitate, după cum poate renunța complet la sexualitate fără a înceta s-o respecte. S-ar părea că actuala explozie vizuală de trupuri sexualizate din clipurile publicitare, unele mai sugestive decît altele, nu exprimă doar căutarea dezlănțuită a plăcerii de către o omenire angoasată, ci vine și ca o compensare a daunelor provocate de morala iudeo-creștină, care nu prețuiește suficient trupul. Zeița își recîștigă drepturile, dar problema însăși rămîne nerezolvată.

Culpabilitatea

Umbra mamei

Sîmbătă dimineața, conduc un atelier intitulat « Relația cu mama ». Grupul e rezervat bărbaților. Fiecare a adus un obiect care, în ochii lui, simbolizează cel mai bine relația pe care a trăit-o sau o trăiește cu mama sa. Benoît, de treizeci și cinci de ani, a adus o furculiță. Gesticulează cu ea și plînge, exorcizîndu-și anii de frustrare. Apoi, calmat, reproduce un dialog caracteristic dintre el și maică-sa.

— *Mănînci ceva, o gustărică, nu-i așa, băiețelul mamii?*
— *Abia am mîncat, mamă, nu mi-e foame, mulțumesc.*
— *Nu se poate, ți-am gătit mîncarea ta preferată. Ești sigur că nu vrei să guști nimic?*
— *Mulțumesc, mamă, nu mi-e deloc foame!*
— *Atunci măcar un desert, un picuț!*
— *Nu, mamă!*
— *Mi-am petrecut toată dimineața gătind pentru tine, nu poți să-mi faci una ca asta! Hai, doar o guriță!*

(Furios, fiul sfîrșește prin a mînca hrana gătită de maică-sa, doar ca să n-o supere.)

Celor care au luat cuvîntul în continuare le era din ce în ce mai greu să vorbească liber. Pe măsură ce vorbeau, mamele căpătau trăsături din ce în ce mai idealizate. Un nor de culpabilitate tot mai gros învăluia grupul. Ba chiar unul dintre participanți, care trebuia să cineze în seara aceea cu maică-sa, a plecat mai devreme de teamă să nu i se întîmple vreun accident în timp ce va povesti despre ea. A vorbi despre relația lor cu mama era pentru acei bărbați o trădare. O gîndire magică și concretă le dădea senzația că sînt pe cale s-o ucidă cu adevărat, cînd de fapt nu atacau decît complexul matern. E un complex cu aspecte atît de arhaice, încît l-am numit « dragonul matern ». Principala lui armă este culpabilitatea. Cu ajutorul ei, domina eul acelor bărbați.

Pe măsură ce atelierul avansa, constatam cît de rău erau separați fiii de mamele lor. Nu aveau dreptul la propria lor viață. Psihologic vorbind, cordonul ombilical nu fusese tăiat. Datoria față de femeia care se sacrificase ca să le dea viață rămînea atît de mare, încît, după treizeci, patruzeci sau chiar cincizeci de ani, în momentul cînd voiau să se rupă simbolic de mamă, ființa lor interioară încă mai suspina: « Iartă-mă, mamă, nu-i vina mea! » Am vrut să aflu mai multe despre acest aspect și am început să explorez împreună cu ei dinamicile din copilărie răspunzătoare de această culpabilitate.

Majoritatea mitologiilor atribuie mamei calități de devotament și generozitate mergînd pînă la sacrificiul de sine. Diferitele reprezentări de *mater dolorosa* sînt o dovadă. În ele însă, ciudat, figura maternă este însoțită întotdeauna de contrariul ei: e dătătoare de viață, dar și aducătoare de moarte. În India, de pildă, zeița Kali patronează nașterile, dar e prezentă și în clipa morții. Se spune chiar că dansează de bucurie în sîngele celor

ucişi. Orice mamă are această latură distructivă şi e bine să şi-o identifice dacă nu vrea ca latura respectivă să se întoarcă, fără voia ei, împotriva celor care-i sînt dragi. În fapt, o mamă riscă să se transforme în vrăjitoare cînd nu-şi acceptă teribila putere de a da moartea.

Principalele forme sub care se manifestă umbra maternă cînd nu e recunoscută în chip conştient sînt narcisismul, perfecţionismul, supraprotecţia, violenţa şi culpabilizarea. Frustrarea nevoilor esenţiale despre care am vorbit mai sus e prima vinovată de dezvoltarea acestor dinamici. Ele îi vor lega pe mamă şi fiu într-un cerc vicios de dependenţă şi culpabilitate. E de la sine înţeles că taţii sînt la fel de narcisişti, perfecţionişti, violenţi şi culpabilizatori ca şi mamele, provocîndu-le copiilor aceleaşi prejudicii.

Copiii integrează rănile psihologice ale tatălui sau ale mamei prin complexele parentale – « reprezentanţii » părinţilor înlăuntrul psihismului. Complexele asediază eul de fiecare dată cînd acesta nu ascultă de poruncile parentale. Astfel, traumele se transmit de la o generaţie la alta. E ca un cerc vicios. Mamele cărora le-a lipsit tatăl vin în cuplu cu un complex patern negativ, creativitatea lor e înăbuşită, sînt dezamăgite de partener, îşi cresc copilul pentru a face din el un mic zeu, devin exigente; fiul dezvoltă un complex matern negativ ca reacţie la presiunile mamei, se teme de femei, îşi neglijează partenera şi fiicele; acestea dezvoltă complexe paterne negative, se mărită cu bărbaţi care se tem să iubească şi aşa mai departe. Totul se leagă într-o horă fără sfîrşit care ţese firul vieţii.

Mama perfecţionistă

Exemplul bărbatului cu furculiţa e de fapt monedă curentă în familiile noastre şi nu are nimic înfricoşător. Mama nu înţelege că fiului nu-i este foame, ci că nu o iubeşte. Trauma narcisistă a mamei e uneori atît de adîncă încît, pentru a-şi păstra preţuirea de sine, ea va

pretinde pur și simplu perfecțiunea, de la ea însăși ca și de la copii. Ca plată pentru sacrificiul ei personal, mama perfecționistă le pretinde copiilor o performanță înaltă, căci depinde enorm de împlinirea lor pentru a-și păstra o bună imagine despre sine.

Stéphane este internat într-un spital de copii. Are opt ani. Nu mai vrea să trăiască. Acum o lună, la școală, a făcut o criză. Cu lacrimi în ochi și cu glasul plin de furie, își călca în picioare ghiozdanul, strigînd că vrea să se sinucidă. Directorul l-a luat în biroul lui. Și-a dat seama că acest copil își pierduse orice bucurie de a trăi.
Stéphane e totuși primul din clasă și un copil model. De asemenea, vine dintr-o familie model. Părinții săi dau impresia unui cuplu fericit. Par să-i acorde băiețelului toată atenția. Stéphane învață ușor și are o mulțime de talente. În fiecare zi, după cursuri, se antrenează la gimnastică, pentru care a căpătat o adevărată pasiune; sîmbătă dimineața are lecții de muzică; sîmbătă după-amiază ia lecții de dicție. Cînd nu-și face lecțiile, exersează la vioară. Cînd nu exersează la vioară, se antrenează. Viața lui Stéphane e organizată ca viața unui campion olimpic.
Totuși, de cîteva luni, dă semne de oboseală. De Crăciun a refuzat să cînte la vioară în fața rudelor. Mama a crezut că e un capriciu de copil, trecător. Dar Stéphane a început să-și neglijeze temele și să lipsească de la antrenamente. Apoi a venit noaptea aceea cînd s-a trezit, tremurînd, dintr-un coșmar cumplit. Visase că și-a rupt piciorul la o competiție. O strigase pe maică-sa, dar în vis ea se apropia și-l certa pentru slaba performanță, fără să-i pese de suferința lui. De atunci l-au copleșit ticurile, angoasa și o totală lipsă de entuziasm. La care mama răspunde ba acuzîndu-l că se preface, ba șantajîndu-l, ba amenințîndu-l cu pedepse, ba promițîndu-i cadouri. Dar totul e zadarnic. Mama nu poate să recunoască evidența: fiul ei, atît de răsfățat de destin, are mari probleme psihologice.

În mod natural, un copil este deschis, spontan și serviabil. El își găsește rațiunea de a fi în oglinda reprezentată de privirea mamei, în special, și de atitudinile celor din jur, în general. Încearcă să placă deoarece depinde de această oglindă pentru a-și construi prețuirea de sine și a dobîndi simțul propriei sale valori. Dacă mama nu-i surîde, copilul va căuta motivul în el însuși și se va simți un fiu rău. Dacă trăiește într-un mediu traumatizat și deprimat, la fel va deveni și el; dacă adulții îl judecă sever, va fi și el foarte sever cu sine. În fața unor părinți perfecționiști, va face tot ce poate pentru a-i mulțumi și va deveni la rîndu-i perfecționist. Dacă eșuează, se va îmbolnăvi. Sau încă nu eșuează, dar, supus de părinți la exigențe prea mari, vine o vreme cînd are impresia că nu va face față și că va da greș. Atunci copilul clachează. Reacția lui e absolut sănătoasă: la presiune răspunde prin depresie, pentru că nu poate spune ce se petrece în el.

Depresia și sinuciderea copiilor sînt fapte noi în cultura noastră. Ele atrag atenția că societatea noastră se îndepărtează de viață. Filozoful și geneticianul Albert Jacquard vorbește deschis de o generație sacrificată pe altarul performanței. Copiii au ajuns în serviciul narcisismului părinților.

Mama supraprotectoare și fiul dependent

Supraprotecția face ca umbra mamei să se întoarcă împotriva copilului, ducînd la formarea unui complex matern negativ care-l va transforma într-o ființă dependentă. Pentru mamă, pericolul stă în voința ei de a-și feri copiii de greutățile vieții, de *toate* greutățile vieții, ceea ce este, evident, o iluzie. Această (bună)voință poate ajunge la supraprotecție, care-l împiedică pe copil să lupte cu frustrările bazîndu-se pe propriile sale puteri.

Copilul găsește în joc răspunsul normal la o situație de stres. El își construiește ceea ce pediatrul englez

Winnicott a numit un *spațiu tranzițional.* Acest spațiu îi servește drept protecție între el și lume, între eul său și sentimentul de abandon care-l asaltează. Copilul își elaborează jocul în acest spațiu. El va vorbi cu ursulețul de pluș ca și cum acesta ar fi tatăl, cu păpușa ca și cum aceasta ar fi mama, recreînd prezența părinților cu ajutorul imaginației. Copilul luptă astfel cu sentimentul de respingere și cu lumea rece a abandonului, dar mai ales răspunde lipsei *prin el însuși.* Jocul îi permite să controleze situații lăuntrice dificile și tot în joc el își găsește germenele independenței viitoare. Totuși, pentru ca un asemenea mecanism să funcționeze, trebuie ca frustrările să nu fie prea intense sau distrugătoare, căci în acest caz copilul nu le poate integra, iar creativitatea lui e inhibată în loc să fie stimulată.

În exemplul cu ursulețul sau păpușa, copilul trece de la o nevoie de satisfacere literală, care s-ar exprima prin prezența concretă a părinților, la o satisfacere simbolică a nevoii sale: el le vorbește părinților *ca și cum* ar fi prezenți. Această noțiune este esențială, căci psihismul se construiește pe baza unor asemenea realități. Psihismul nostru nu face diferența între o senzație reală și o senzație imaginată. Iată de ce grijile imaginare ne pot îmbolnăvi în aceeași măsură ca cele reale. Copilul care n-a învățat să treacă de la satisfacerea concretă la satisfacerea simbolică va rămîne sclavul pornirilor și nevoilor lui imediate. El nu va ști să le amîne și va abuza de anumite substanțe pentru a răspunde la urgența pulsiunilor sale. Pentru a și le satisface, va recurge eventual și la violență. Or, mama supraprotectoare, anticipînd cererile copiilor pentru a-i feri de suferință, îi împiedică să treacă la satisfacerea simbolică a nevoilor. Fără să știe, ea îi menține într-o stare de dependență care mai tîrziu îi va face incapabili să răspundă singuri la nevoile lor. Acești copii vor deveni pasivi și vor întîrzia să-și dezvolte spiritul de inițiativă. Dependența, pasivitatea și angoasa sînt datul copilului supraprotejat. Iar

curiozitatea, capacitatea de a se afirma și combativitatea sînt datul copilului care a beneficiat de o protecție adecvată, ce nu se străduia să-l ferească de *toate* loviturile și încercările.

O educatoare de la un centru pentru copii cu probleme de coordonare motrice mi-a povestit episodul următor:

Într-o zi, o mamă îi cere ajutorul în legătură cu fiul ei care, la patru ani, încă nu știe să-și încheie nasturii și să-și lege șireturile. Centrul acceptă să-l ia sub observație. Educatoarea își dă însă seama că băiețelul reușește imediat să se achite de aceste sarcini. Nu numai că reușește foarte ușor, dar îi ajută și pe alți copii.

Educatorea este uluită. O cheamă pe mamă ca să afle ce anume din mediul familial îi inhibă copilului îndemînarea naturală. Cînd mama sosește, copilul se repede vesel în întîmpinarea ei, punîndu-și fularul la gît și încheindu-și nasturii de la haină. Educatoarea o aude atunci pe mamă strigînd: « Așteaptă, așteaptă, comoara mea, te încheie mămica ! » De fapt, mama se temuse că fiul ar putea avea o problemă pe care ea însăși o favoriza prin comportamentul ei.

Vrînd să-și cruțe copilul de greutățile vieții, o mamă supraprotectoare îi face un deserviciu. Exagerînd cu temerile, ea sfîrșește prin a-l împiedica să se descurce în situații pe care în mod normal ar fi capabil să le depășească. Fiul supraprotejat nu va mai ști să îmblînzească lumea. El devine dependent, pasiv și angoasat pentru că nu i s-a permis să-și dezvolte curiozitatea și gustul de a explora. Nevoile de autonomie îi sînt inhibate. Nu-și dezvoltă mijloacele de a reacționa în fața lumii și de a se apăra la nevoie. Nu învață nici să spună și să caute ceea ce-i lipsește, pentru că părintele îi dă totul mură-n gură. Nu e de dorit ca un copil să aibă totul în felul acesta. Rolul frustrării e să-l silească să creeze și să inventeze ceea ce dorește.

Adevărata mamă supraprotectoare face parte din familia femeilor performante care vor să-și arate că sînt mame bune pentru a nega un sentiment de refuz nu față de copil, ci față de faptul de a avea copii. Adesea, ea este împinsă în această atitudine deoarece, socialmente vorbind, se cade ca femeia să iubească maternitatea. Totuși, multe femei nu posedă fibra maternă. Într-un atelier pentru mame pe care l-am ținut în SUA, o tînără femeie a izbucnit în plîns pentru că pur și simplu nu izbutea să-și iubească copilul. Femeia nu-și îngăduise niciodată să vorbească deschis despre asta, însă vorbind a fost eliberată de imensa povară de a se crede monstruoasă. Ea ascundea ce simțea afișînd atitudini de mamă ireproșabilă.

Supravegherea copilului *pentru binele lui* trădează furia refulată și inconștientă a mamei. Sub pretext că trebuie să fie performant, ea își forțează fiul să adopte o postură de copil pur și cuminte, riscînd să ajungă dependent și depresiv dacă nu va avea ocazia să se revolte. Va face din el un fiu supus care toată viața le va cere voie celor din jur să fie el însuși și care se va scuza pentru tot ce simte de teamă că sentimentele lui le-ar putea face rău celorlalți sau i-ar putea deranja.

Devenit adult, un asemenea fiu va purta în el ceva mort. Va purta în cîrcă un copil ale cărui speranțe nu s-au împlinit niciodată și ale cărui visuri au rămas forțe adormite. Un astfel de bărbat riscă să se îndoiască profund de capacitățile sale reale. Adesea, viața lui va eșua într-o dependență afectivă față de parteneră. Va căuta o soție dominatoare care să se ocupe în locul lui de grijile zilnice, la fel ca maică-sa, el rămînînd copilul ei supus. De altfel dependența afectivă, ca și dependența de alcool, de drog sau de sex, dezvăluie cel mai adesea profilul unui adult performant, dar pasiv în raport cu ambițiile sale reale.

Supraprotecția maternă poate să ascundă totodată o dependență profundă a mamei față de copil. Acesta

devine puișorul scump al unei femei care-și înfruntă astfel teama de singurătate și angoasele, un puișor legat fedeleș pe care-l devorează pentru a-și umple vidul afectiv și a se proteja ea însăși.

Nu rareori vedem supraprotecția maternă transformîndu-se în contrariul ei atunci cînd, puțin cîte puțin, copilul e pus în postura de părinte. Este, ca să spun așa, *parentificat*. Devine atunci confidentul insatisfacțiilor matrimoniale și existențiale ale mamei. Dar copilul nu poate duce asemenea povară și elanul său vital e aproape întotdeauna distrus. Oamenii cei mai disperați pe care i-am întîlnit în cariera mea terapeutică s-au dovedit a fi, aproape fără greș, fiice și fii *parentificați* de tatăl sau de mama lor. În cîteva cazuri, am constatat că o asemenea situație genera violența bărbatului față de parteneră sau incapacitatea lui de a avea o relație profundă cu o femeie. Lumea mamei violase, ca să zic așa, integritatea lumii copilului, făcîndu-l să păstreze o ură profundă față de femei. Din punct de vedere psihic, această animozitate cu nuanțe adesea misogine îi servește unui bărbat drept barieră protectoare contra unui univers feminin care i-a amenințat prea mult autonomia. Ea îi trădează marea fragilitate și nevoia de a se fixa într-o realitate masculină pozitivă.

Violența maternă

Dorințele refulate și frustrările acumulate au capacitatea de a ne menține sub dominația lor dacă nu le admitem în panteonul nostru psihic. Eul e copleșit atunci de un afect și împins la acte iraționale. Violența fizică față de copii constituie o asemenea trecere la act.

O scriitoare americană povestește ce i s-a întîmplat odată, cînd a plecat cu copiii în vacanță. În ultimul moment, soțul ei este reținut în oraș, la serviciu, iar ea rămîne singură cu cei trei copii, deși sperase să aibă o perioadă de odihnă și izolare pentru a scrie. Își dă seama că starea ei psihică se

înrăutățește de la o zi la alta. Gesturile ei față de copii, ca răspuns la solicitările lor, devin din ce în ce mai agresive și mai nerăbdătoare. Într-o seară, disperată și ajunsă la capătul puterilor, decide să dea frîu liber violenței lăuntrice sub forma unor imagini mentale. Fantasma care urcă atunci din ea o îngrozește. Se vede în chip de vrăjitoare infernală, care-l izbește cu capul de pereți pe fiul cel mare și se bucură de sîngele ce curge. Spre marea ei uimire, această viziune o calmează. Tensiunea din casă scade. În zilele următoare, reușește să-și fixeze mai bine limitele pentru a-și face timp să scrie. Relația cu copiii devine iar creatoare și relaxată.

Această mamă a găsit, prin viziunea ei, o soluție inedită pentru disperarea care o copleșise. Dacă n-ar fi avut curajul să-și înfrunte pornirile violente, foarte probabil ar fi sfîrșit prin a-și brutaliza copiii, întrupînd-o pe Kali Distrugătoarea în toată splendoarea ei. Or, în societatea noastră, puterea lui Kali-cea-dătătoare-de-moarte e total ocultată. Chiar dacă majoritatea mamelor au un vag presentiment, ele nu acceptă această umbră decît la furie. Există atunci și trecere la act, într-o stare de delir și de posesiune. Mama acționează ca într-un fel de ceață, cvasi-inconștientă. Își lovește copiii, dar nu păstrează nici o amintire. Această pierdere a memoriei e comparabilă cu ceea ce alcoolicii numesc « ruperea filmului », cînd timp de cîteva minute sau cîteva ore își pierd cunoștința, continuînd să acționeze, iar a doua zi nu-și mai amintesc absolut nimic din ce-au făcut sau au spus. E mai practic așa, căci umbra poate rămîne inconștientă; mai practic, dar cu atît mai periculos și mai distrugător.

În familiile noastre, violența verbală, psihologică și chiar fizică împotriva partenerului și a copiilor nu este doar apanajul bărbaților, ci și al mamelor dezorientate și prizoniere ale tăcerii. În sinea lor, copiii se tem de această vrăjitoare, de femeia furioasă care e întruparea umbrei negate. Mama nu recunoaște această furie pentru că nu

vrea să fie arătată cu degetul ca *inumană*. Adoptînd însă o atitudine de negare a umbrei, ea își agravează situația, căci, în inconștient, pulsiunea agresivă se transformă în violență.

Povara remușcării

Cum spuneam mai devreme, dinamicile legate de perfecționism, de supraprotecție și de violență au, toate, o componentă comună: culpabilizarea și consecința ei la copil, culpabilitatea. Prezența culpabilității la fiu arată că în el s-a instalat complexul matern negativ, care sufocă eul. Această culpabilitate creează un soi de legătură în care copilul se simte răspunzător pentru fericirea mamei: nu are dreptul să fie fericit cîtă vreme mama, care se sacrifică pentru el, este nefericită din cauza purtărilor lui.

Povara remușcării îl oprește pe fiu să se separe de mamă. Ea îi întărește convingerea că mama nu poate trăi fără el și că n-ar supraviețui crizelor și tentativelor lui de separare. Aspirația la autonomie a fiului e distrusă. Culpabilitatea îi înăbușă veleitățile de independență înainte chiar ca ele să fie formulate. Fiul simte că n-are dreptul să rupă legătura sacră ce-l leagă de mamă, legătură care adesea ține toată viața și va avea consecințe asupra vieții de cuplu.

În fața unei asemenea realități psihologice, nu ne mai este greu să credem, bunăoară, că dificultățile multor bărbați de a se separa de o parteneră și chiar de a se angaja afectiv își au originea în culpabilitate. Copii fiind, se simțeau răspunzători pentru fericirea mamei. Adulți, se cred răspunzători pentru fericirea partenerei. Nu îndrăznesc să se separe de ea și prelungesc situațiile nesănătoase de teamă să nu o rănească. Se tem că-și vor pierde imaginea (« băiatul mamei cel cuminte ») și că vor trebui să îndure culpabilitatea lăuntrică pe care gestul lor o va provoca negreșit. Nu pot suporta ca altul să sufere din cauza lor.

Pentru că suportă greu iubirea și fricțiunile afective, mulți bărbați decid pur și simplu să nu se mai angajeze sentimental. Cunosc unii care, neavînd curajul să înfrunte povara remușcării, se condamnă efectiv la o viață de singurătate absolută. Alții devin total artificiali. Nu se mai străduiesc să se dezvolte lăuntric și își petrec existența șlefuindu-și imaginea exterioară. Adesea, duc o viață dublă, acesta fiind singurul lor mijloc de a intra în contact cu instinctele fără să contrarieze complexul. În sfîrșit, alți bărbați, pentru a evita un complex castrant și distrugător, se refugiază în înălțimile visului, ale gîndirii sau ale spiritualității. Par să plutească deasupra realității comune, probabil pentru a nu trezi dragonul adormit.

Iată, în linii mari, ceea ce se numește drama « băiatului cuminte », care n-ar face rău nici măcar unei muște, dar care se teme să iubească. El este prizonierul complexului matern negativ, la fel cum fiicele erau prizonierele complexului patern negativ. Pentru a se elibera și a-și regăsi sentimentele, inspirația și creativitatea, el va trebui să se confrunte cu umbra sa și să înfrunte dragonul matern.

Reflecții asupra rolului mamei

Divorțul mamă–fiu

Capitolul de față nu face parte, la drept vorbind, din traseul acestei cărți. Dar pentru că în ultimele pagini am vorbit mult despre relațiile mamă–fiu, m-am gîndit să adaug cîteva reflecții asupra rolului matern, cu speranța că ele vor calma neliniștile pe care eventual le-au provocat afirmațiile mele de pînă acum.

Un bărbat de 50 de ani îmi povestea că e asaltat de insistențele familiei pentru a le permite părinților săi să locuiască la etaj, în imobilul al cărui proprietar este. Însă el pur și simplu nu poate să accepte această idee. Încercînd să găsească motivul reținerii sale, mi-a spus: « De fapt nu mă tem că părinții vor veni să locuiască la etajul de deasupra, dar mă tem că tata va muri, iar eu voi rămîne singur cu mama. Gîndul că mama ar locui deasupra mea mă obsedează. Nu sînt în stare să le spun nici da, nici nu! »

Nu e nevoie să analizăm prea mult o asemenea declarație. Persoana nu voia se revină la condițiile de viață din copilărie, cînd se temea că dominația puternică a mamei îl va împiedica să devină bărbat. S-ar putea spune că, la cincizeci de ani, încă nu e separat de mama sa. Nu s-a eliberat de complexul matern negativ. Ce-i de făcut pentru a evita o asemenea dramă?

În adolescență sau la începutul vîrstei adulte, separarea dintre mamă și copii e trecută în general sub tăcere. Ea nu face obiectul vreunui ritual special și nici măcar al unei discuții. Nu se fac declarații de dragoste și nici de regret. Totul rămîne mut și ar trebui să se rezolve ca prin farmec. Or, nici vorbă să se întîmple așa. Fiul continuă să trăiască în mamă și mama în fiu sub formă de dinamici benefice sau nocive, care se repetă pentru că nu sînt conștientizate. În plus, această separare provoacă o reală suferință de amîndouă părțile, deoarece a fost sacrificată o legătură. Escamotînd-o, societatea îi condamnă pe bărbatul și pe femeia care trebuie totuși să supraviețuiască divorțului și să-și continue fiecare viața lui să-și repete rolurile din trecut.

Cînd o relație între două ființe a fost atît de intimă, partenerii sînt legați pentru toate viața și trebuie întreprins un efort conștient ca să eviți dezvoltarea dinamicilor nefaste. Chiar dacă nu mai trăiesc de ani în aceeași casă, chiar dacă nu-și vorbesc sau își spun doar banalități, mama și fiul sînt legați în inconștient. De

altfel, copilăria continuă să-și exercite influența sub formă de idei, de sentimente și de comportamente pe care le adoptăm fără să ne dăm seama, în fiecare moment al existenței, tocmai pe această bază inconștientă.

Repet, mamele trebuie să devină conștiente cît de greu se face trecerea de la copil la bărbat, mai ales dacă tatăl este puțin prezent. Mama trebuie să accepte că fiul nu-i poate fi nici partener, nici prieten, nici amant. E o renunțare dureroasă. Trebuie să învețe să-și lase copilul să-și urmeze calea; ea însăși trebuie să-și regăsească viața de femeie fără a încerca să-și aline singurătatea devenindu-i indispensabilă fiului.

Această renunțare e pentru mame mai dificilă decît pare la prima vedere. În practica mea terapeutică, am putut să constat cît de greu le venea să separe, în ele, *mama* de *femeie*. Acceptau ușor să-și regăsească gusturile și dorințele de femeie, însă doreau ca fiii lor să rămînă martorii privilegiați ai acestei evoluții. Mi se părea cîteodată că simțeau nevoia să fie recunoscute de fii la fel cum, de cele mai multe ori, îndrăgostitele doresc să fie recunoscute de iubiții lor.

De exemplu, una dintre ele dorea ca fiul de treizeci de ani să-i citească corespondența pe care o întreținuse cu soțul și cu amanții ei. Dorea ca el s-o « cunoască » înainte de moartea ei. Se plîngea de rezistența pe care fiul o opunea acestei « cunoașteri », repetîndu-i întruna: « Vei fi mereu mama mea! ». Fiul încerca să mențină o barieră în fața incestului afectiv. Putem însă înțelege, pe de altă parte, cît de greu e să te separi de omul pe care l-ai iubit și căruia i-ai dăruit cel mai mult. Este un aspect al dramei materne de care nu ținem seama îndeajuns, căci e aproape de nemărturisit.

La fel, dorința fizică a unei mame față de fiul ei rămîne un subiect tabu în societatea noastră. Cu toate astea, multe mame cu care am ocazia să discut mărturisesc o asemenea dorință sau fantasmă. De altfel, această dorință refulată urcă la suprafață în momentul în care fiul

își alege prima parteneră și cunoaște primele experiențe sexuale. Mai multe mame mi-au mărturisit că ar prefera să n-o cunoască pe iubita fiului lor. Această problemă de incest pe care mama n-a rezolvat-o nu e străină de neînțelegerile frecvente dintre soacre și nurori. Evident, singura soluție pentru mamă este să fie femeie pentru alți bărbați decît fiul ei.

În lipsa dialogului, fiul nu găsește întotdeauna o modalitate onorabilă de a-și părăsi mama, mai ales dacă a jucat în familie rolul de soț. În general, separarea se face cu reproșuri sau într-o tăcere glacială. Numărul de kilometri pe care fiul îi pune între el și mamă vorbește atunci elocvent despre problema ce rămîne de rezolvat și despre agresivitatea neexprimată.

Pentru ca lucrurile să nu ia o asemenea întorsătură, de îndată ce fiul împlinește vîrsta de paisprezece ani, e bine ca mama să se pregătească să-i lase cale liberă spre autonomie. Ea trebuie să înțeleagă că, pentru a-și învinge complexul matern și a-și găsi locul în lume, pentru a se împlini și a se exprima, fiul are nevoie să-și depășească tendința naturală de a crede că viața îi va fi mereu ușoară și fără necazuri. Are nevoie să-și învingă teama, să lupte el însuși cu greutățile și să încaseze singur loviturile vieții. Nimeni nu învață să fie curajos rămînînd pitit după fustele mamei.

Mamele nu-și pot iniția fiii în masculinitate, care e întotdeauna legată de o pierdere de inocență. Iată de ce fiii le ascund mamelor multe lucruri. Ei încearcă să-și creeze un spațiu privat în care să se elaboreze masculinitatea lor. Desigur, ideal ar fi ca această inițiere să se facă în prezența tatălui. Dar dacă nu e posibil, și în măsura în care nu se ajunge la excese grave, mama trebuie să respecte secretele fiului.

O mamă poate de asemenea să atenueze riscul de conflict între ea și fiu refuzînd să devină mesagera tatălui. Trebuie să-l lase pe tată să intre el în legătură cu copiii. Și mai ales nu trebuie să se teamă să-l trimită pe fiu la

tată pentru o explicație ce-i revine acestuia. S-ar putea să fie surprinsă de rezultate.

Cînd copiii nu se dau duși. În zilele noastre, recesiunea economică, șomajul, costul ridicat al studiilor nu sînt de natură să ușureze necesara separare dintre părinți și copii. Sînt tot atîția factori care-i obligă pe ultimii să rămînă mai mult timp în casa părintească ori să revină, după o vreme, acasă. În unele cazuri, totul este spre bucuria mamelor, pentru care inevitabilul sacrificiu și dureroasa confruntare cu un cuib gol sînt amînate pentru mai tîrziu. În alte cazuri, mama, care credea că a isprăvit cu corvezile casnice și se bucura să-și lepede șorțul de gospodină, vede cum rolul i se prelungește ca o pedeapsă nemeritată. În fapt, nici unul dintre ei nu are vreun avantaj psihologic dacă rămîne prea multă vreme în funcția maternă sau în cea de copil. Acest lucru dăunează autonomiei amîndurora.

Fiii, în special, au tendința de-a ațipi în confortul unei situații ce le asigură în continuare serviciile unei slujnice. Ei nu sînt conștienți că, pentru a le asigura acele servicii, o persoană își sacrifică propriile nevoi. Sfîrșesc prin a crede, ca bărbații din generațiile trecute, că este firesc ca femeia să-i slugărească și că pentru asta e făcută. În acel moment, mama trebuie să aibă curajul să cheme la ordine familia, pentru ca treburile casei să fie împărțite între toți. Dacă nu se poate distanța fizic, e absolut necesar s-o facă din punct de vedere psihologic, generînd noi comportamente în spațiul familial. Cînd copiii nu vor să colaboreze la redefinirea sarcinilor și să le preia pe ale lor, îi rămîne opțiunea, cea mai crudă pentru o mamă, să le arate ușa. Desigur, va încălca un tabu și gestul va genera partea lui de culpabilitate. Dar culpabilitatea, în acest caz ca și în altele, e prețul ce trebuie plătit pentru a ne elibera de jugul istoriei.

Dacă între mamă și copii lucrurile se degradează în asemenea măsură încît aceștia o tratează cu răceală, nu-i

mai vorbesc și se folosesc de ea doar ca s-o mulgă de bani, atunci mama trebuie să șteargă totul cu buretele, să-i ignore și să-și refacă propria viață. Cu cît mama continuă să se cramponeze de copil într-o asemenea situație, cu atît riscă să sufere mai mult. Copilul va reveni la ea atunci cînd va fi dobîndit destulă autonomie, iar mama o va fi regăsit pe femeia din ea. Dar trebuie să știm că pînă atunci pot trece ani buni. Adesea, abia pe la treizeci de ani fiii își amintesc deodată că au avut părinți care sînt și ei ființe umane.

O mamă trebuie să lupte mereu pentru a rămîne în contact cu femeia din ea. Trebuie să se lupte cu arhetipul matern, cu patriarhatul, cu prejudecățile societății, uneori cu propriul soț și cu propriii copii care nu se dau duși de lîngă ea. Oricum, ei trebuie să-i poată găsi mamei imperfecțiuni și chiar s-o urască pentru a izbuti să se separe: dacă-i așa, măcar să le dea motive reale! Lucrurile se petrec exact ca atunci cînd se separă doi amanți. Chiar dacă partenerii doresc ca totul să decurgă prietenește, în general e nevoie să ajungă la ceartă ca să se poată despărți. Agresivitatea apare astfel ca un ajutor natural pentru distanțare. Iată de ce, printre altele, mamele n-ar trebui să ia în tragic reproșurile făcute de copii la despărțire.

E bine mai ales să nu uităm că o bună separare a teritoriilor psihologice între mamă și fiu le va permite, mai tîrziu, să rămînă în cele mai bune relații. Am vizitat acum cîțiva ani un cuplu de prieteni la São Paulo, în Brazilia, care și-au construit locuința chiar pe terenul casei părintești. Cele două case sînt foarte aproape una de cealaltă și comunică printr-un coridor. Prețurile exorbitante și lipsa terenurilor justificau o asemenea proximitate. Ca psihanalist, nu mă puteam împiedica să văd în această situație simbolul unui cordon ombilical prost tăiat. Pînă la urmă m-am hotărît să le spun ce cred, la care prietenul meu a izbucnit în rîs: « Oamenii din America de Nord sînt nebuni, mi-a zis el,

își închipuie că dacă rămîn lîngă mama simbioza continuă, iar dacă locuiesc mai departe de ea problema e rezolvată. Între mine și părinții mei, granițele sînt foarte clar delimitate. În ciuda apropierii caselor, nu și-ar permite vreun comentariu asupra felului în care-mi trăiesc eu viața de cuplu și n-ar îndrăzni să-mi vină la ușă fără să-mi telefoneze mai întîi ! »

Mama monoparentală: cvadratura cercului

Tată absent, fiu ratat...? Mi s-a spus de mai multe ori că însuși titlul primei mele cărți, *Tată absent, fiu ratat* (*Père manquant, fils manqué*), le poate culpabiliza și chiar traumatiza pe femeile care-și cresc singure băieții. Se pare că, vrînd să-i fac mai responsabili pe tați, am provocat anxietatea mamelor. Întrebările pe care mi le-au pus aceste femei și neliniștea reală pe care am simțit-o la ele m-au făcut să formulez cele cîteva reflecții care urmează. În esență, această neliniște s-ar putea formula astfel: este adevărat că o mamă monoparentală nu poate face nimic pentru masculinitatea fiilor ei ? Sau, într-o formulare mai pozitivă: *ce poate face o mamă monoparentală ca să ajute la dezvoltarea identității masculine a fiilor ei ?*

Să spunem mai întîi că, într-adevăr, mama care își crește singură copiii are numeroase paradoxuri de rezolvat. Dacă are o slujbă, își spune că în asemenea condiții nu poate fi o mamă bună; dacă rămîne acasă, își spune că mai bine ar fi să-și ia o slujbă, astfel încît copiilor să nu le lipsească nimic și să se bucure de aceleași condiții ca ceilalți. Dacă obosește și nu încearcă să-și refacă forțele, ea riscă să devină prea permisivă sau prea puțin permisivă; îl va lăsa pe fiecare copil să facă ce vrea sau va impune tuturor, inclusiv ei înseși, limite prea multe și prea stricte. Prea adesea frustrată în dorințele și ambițiile ei de femeie, riscă să devină dependentă de copii pentru satisfacerea propriilor ei nevoi afective, cu toate consecințele pomenite mai sus. Una peste alta, nu-i de

mirare că multe mame simt o mare anxietate cînd e vorba de educația fiului lor. Ele se dăruiesc cu dragoste și generozitate, dar sînt foarte sensibile la problemele mai mici sau mai mari care apar întruna. Cred că sugestiile de mai jos le-ar putea ajuta.

Să ne retragem din cînd în cînd. Am spus că fiul, pentru a se realiza și a-și găsi locul în lume, are nevoie de o forță de caracter ce nu se dobîndește decît în confruntarea cu greutățile. Or, absența mamei – chiar pentru perioade foarte scurte – reprezintă prima încercare cu care se confruntă fiul. Este primul eșec, prima limită impusă sentimentului său de atotputernicie. În cazul ideal, tatăl, participînd la importantul triunghi tată–mamă–fiu, e cel care-i impune copilului această necesară experiență a frustrării. Dar și femeia care trăiește singură poate realiza aproape aceleași condiții, cel puțin în ce privește frustrarea băiatului, creînd ceea ce psihanalista Françoise Dolto numește *un terț simbolic.*
E vorba de o activitate care-i impune mamei să se separe în mod regulat de copil, pentru perioade de timp mai scurte sau mai lungi. Poate fi un serviciu, o ocupație pentru timpul liber, o relație amoroasă sau un cerc de prietene, nu contează. Important e ca plăcerea pe care și-o oferă astfel să-i permită să suporte culpabilitatea asociată acestei separări. Desigur, totul e o chestiune de echilibru, căci este clar că și aici se poate exagera. Însă principiul trebuie să fie mereu același: în limitele bunului-simț și în măsura în care o ferește de consecințele nefaste ale fuziunii mamă–fiu, ceea ce e bun pentru femeie e bun și pentru copil.
Să ne reamintim că lucrul cel mai rău pentru copii, afară de a nu avea deloc părinți, e să-i aibă tot timpul pe cap. La fel cum fiul n-ar trebui să încerce să-i facă mamei pe plac cu orice preț, este extrem de important ca nici mama să nu încerce să fie perfectă în toate. « Trebuie să recunosc că sînt fericită cînd pleacă la taică-său »,

mi-a mărturisit o mamă într-o discuție despre relația pe care o avea cu fiul ei. În această mărturisire, inima ei de femeie începea să bată din nou... iar fiul nu se simțea mai rău din cauza asta, dimpotrivă!

Să-l lăsăm pe fiu să-i semene tatălui. Copiii au la fel de multă nevoie de îngrijirea paternă ca de cea maternă. Tații ajută la elaborarea identității masculine, iar mamele la elaborarea identității feminine. Prin urmare, trebuie să ne asigurăm că un copil are suficiente interacțiuni cu reprezentanți semnificativi ai ambelor sexe. Se poate totuși întîmpla ca, în urma separării, o mamă să-și țină fiul departe de tatăl lui natural sau de alte surse de influență masculină, de care el ar avea nevoie ca să-și dezvolte propria identitate masculină. Este o atitudine nocivă, indicînd că acea femeie trebuie să-și rezolve problemele cu fostul soț, desigur în măsura posibilului, și chiar să-și analizeze viața pe care a trăit-o lîngă propriul ei tată. Pentru că, atîta timp cît nu-și va rezolva problemele cu bărbații, ea va avea tendința să reprime la copil comportamentele și tendințele care-i amintesc de cei pe care i-a iubit, dar nu-i mai iubește. Cu alte cuvinte, îi va fi greu să-și lase fiul să-i semene tatălui sau bunicului, ceea ce totuși este inevitabil: e sînge din sîngele lor, cum se spune.

O asemenea situație poate avea consecințe grave pentru copil. Atunci cînd, de exemplu, mama îl ponegrește deschis pe tată (sau viceversa), copilul va fi prins într-un adevărat conflict de lealitate. El va avea o atitudine cu tatăl și altă atitudine cu mama, comportament ce exprimă profunda lui sciziune interioară și care e de rău augur. Dacă însă copilul vede că părinții pot colabora în ciuda separării, că o formă de iubire și de prietenie persistă și după ruptură, asta îi va da un sentiment de siguranță. Iată de ce soții în conflict trebuie încurajați și ajutați să-și rezolve diferendurile. Cînd nu e posibil, părinții trebuie avertizați cît este de periculos

să nu respecte iubirea copilului pentru părintele absent. Chiar dacă tatăl său e alcoolic sau criminal, copilul îl iubește și, cu condiția să nu existe un pericol moral sau fizic pentru copil, trebuie să se încerce stabilirea unei forme de contact.

Atenție cum se vorbește despre tată! Importanța felului în care se vorbește despre tată, importanța calităților și a numelui ce i se atribuie în absență reies clar din studiile făcute pe fii de văduve.[33] S-a remarcat că acești fii, care abia își cunoscuseră tatăl și ale căror mame nu s-au recăsătorit, se descurcă mai bine decît copiii abandonați de tatăl lor. Explicația este simplă: văduvele au tendința de a-și idealiza soții defuncți și de a aminti doar părțile lor bune. « Cînd trăia tatăl tău... », încep ele – și astfel, din mici amănunte, compun o imagine pozitivă a tatălui, pe care fiul și-o va însuși. Copilul nu are tată în realitate, dar se simte susținut și însoțit de o figură interioară care îi dă legitimitate. Un asemenea orfan, născut într-un sătuc, îmi povestea că auzise vorbindu-se numai de bine despre tatăl lui și că întotdeauna se simțise mîndru de el. Acest bărbat, deși era acum divorțat, nu avusese nici o dificultate să fie tată, iar cele două fiice ale sale au reprezentat cel mai important lucru din viața lui.
Respectul reciproc dintre soți joacă deci un rol fundamental în elaborarea imaginilor pozitive feminine sau masculine pe baza cărora copilul își va clădi propria identitate. Cei doi părinți, chiar dacă sînt despărțiți, continuă să formeze un cuplu în mintea copilului, cuplu pe care el își fondează noțiunile de unitate, de colaborare și de complementaritate ce-i vor servi toată viața. Nu atît divorțul e catastrofal pentru copil, cît ceea ce fac părinții din separarea lor. Respectul reciproc rămîne cel mai bun ghid de comportare.

Să ne gîndim întîi la binele copilului. Cînd cei doi părinți reușesc să colaboreze, dintre toate formulele care pun

pe primul loc binele copilului, cea mai bună pare să fie custodia alternativă. Cînd nu se ajunge la o înțelegere, e preferabil să i se dea custodia unuia dintre părinți, pentru a evita situația în care copilul devine ostatec într-un război al iubirii. Françoise Dolto sfătuia chiar ca în acest caz băieții să-i fie dați în grijă tatălui, iar fetele, mamei, pentru a asigura formarea identității sexuale, care se sprijină pe relația cu părintele de același sex. Trebuie adăugat că, dacă drepturile de custodie rămîn flexibile de-a lungul anilor și dacă părinții divorțați locuiesc aproape unul de celălalt, situația copilului va fi mult ușurată.

Cînd sînt siguri că pot conta pe iubirea părinților, copiii se pot realiza chiar și în situații foarte dificile. Am cunoscut o fetiță de zece ani care la vîrsta de trei ani plecase de lîngă tatăl natural; își urmase mama, care mai apoi a avut alt soț timp de cinci ani și acum trăia singură. Fetița devenise, după părerea mea, un model de sensibilitate și creativitate. Lega ușor prietenii, dar fără superficialitate. Își dezvoltase o mare autonomie și toate tribulațiile ei de la un părinte la altul, de la un tată la altul, nu păreau s-o fi perturbat. Care era secretul? – Afecțiunea tatălui natural și afecțiunea tatălui vitreg. Amîndoi țineau enorm la ea. Fetița se simțea iubită și dorită. Se simțea în largul ei oriunde mergea. Colaborarea dintre mamă și foștii ei parteneri era exemplară. Fiecare părea că se adaptase perfect situației și binele copilului era prioritar pentru toți. Niciodată copilul nu se simțise respins sau vinovat pentru divorțurile mamei. Dimpotrivă, se știa iubită și marea ei încredere venea de aici.

Să acționăm în felul nostru. Cercetările arată de asemenea că independența de spirit a mamei monoparentale – mai ales în raport cu mediul în care a crescut ea însăși – constituie un factor de reușită în educarea copiilor.[34] Cu cît mama se va simți mai puțin obligată să-și imite

propria mamă, cu atît ea se va simți mai bine și copiii la fel. Va fi liberă să adopte modele de educație și de colaborare mai bine adaptate situației sale, chiar dacă nu prea seamănă cu ceea ce se făcea în epoca și în mediul ei de origine.

Mama trebuie să rămînă în contact cu ea însăși, să acționeze în felul ei. Nu trebuie să lase șușotelile unora și altora să-i dicteze un gen de comportament față de copii sau față de fostul ei soț. Altfel spus, nu trebuie să pună onoarea sau mîndria familiei din care provine înaintea binelui copiilor.

Să avem încredere în copii. În loc să facem pe pompierii, dînd fuga să stingem orice incendiu, e preferabil să spunem deschis ce nu merge și să-i lăsăm pe copii să găsească singuri soluții. Copiii suportă mai bine o frustrare conștientă decît una nedeclarată, căci frustrarea e sursă de creativitate. Exemplul care urmează este elocvent. E vorba de mărturia unei femei de șaptezeci de ani care a trebuit să-și crească singură cei trei fii.

Cînd soțul meu a murit, fiul cel mare avea treisprezece ani, iar mezinul șase. Șocul a fost teribil. De la o zi la alta, a trebuit să-mi iau un serviciu ca să avem din ce trăi. Eram foarte conștientă că lipsa tatălui nu e ceva bun pentru băieți, așa că mi-am luat niște măsuri. Mai întîi am făcut lista bărbaților din familia mea și din familia soțului care puteau să joace rolul tatălui pentru fiii mei. Nu le-am cerut o prezență permanentă, ci doar constantă în timp. Astfel, fiecare fiu a avut un fel de tutore cu care se întîlnea din cînd în cînd pentru o activitate plăcută.

Le-am spus copiilor: « Tatăl vostru a murit, iar voi aveți nevoie de un tată, așa că veți căuta bărbați care să poată juca acest rol! » În loc să mă tem de pedofilie, am început să încurajez legăturile fiilor mei cu profesorii, antrenorii și alți bărbați mai în vîrstă. Am încercat să le încurajez prieteniile masculine și participarea la grupuri organizate. Una

peste alta, cred că totul a ieșit cum trebuie. Astăzi fiii mei sînt căsătoriți și o duc foarte bine.

Înțelepciunea acestei femei e că nu și-a tratat băieții ca pe niște obiecte, luînd toată răspunderea pe umerii ei. Era conștientă de lipsa fundamentală de care sufereau copiii, dar avea încredere în capacitatea lor de a umple singuri golul. A reușit astfel să depășească teama că li s-ar putea întîmpla ceva rău, ceea ce era tot un semn de încredere în copii și în destinul lor. Altfel spus, n-a vrut ca mediul familial, din cauza temerilor ei, să se închidă în sine.

Indiferent de situație, trebuie căutată atitudinea potrivită. Trebuie să fim sensibili la suferința copilului, dar lăsîndu-i totodată timp să-și trăiască frustrarea și dîndu-i șansa să răspundă singur, în mod creator, nevoilor sale. În fine, nu voi obosi să repet acest lucru, mama trebuie să-și amintească de femeia din ea și să-i dea și ei șansa de a-și satisface nevoile, șansa de a rămîne vie în ciuda exigențelor datoriei materne. Copiii nu urmează întotdeauna sfaturile părinților, dar nu uită niciodată exemplul unei mame curajoase care a rămas plină de vitalitate și tînără sufletește.

Reconcilierea

Reconcilierea dintre mamă și fiu începe adesea cu reproșuri – reproșuri pe care mama le suportă cu greu. Identificată de mult cu funcția maternă, ea are nevoie să-și cultive imaginea de mamă bună, pentru că asta e tot ce-i rămîne. Nu înțelege că aceste reproșuri, departe de a fi un soi de răfuială, sînt un început al apropierii. Sîngele rău pe care și l-a făcut fiecare trebuie să curgă pînă la capăt pentru ca adevărata iubire și afecțiune să-și poate intra iarăși în drepturi.

Nu pot decît să-i încurajez pe mame și pe copii să ridice vălul de pe trecut dacă vor să trăiască mai bine ceea ce le rămîne de trăit. Nu vreau să spun că ar trebui să

persiste în reproșuri fără sfîrșit, ci că pot să creeze un spațiu în care fiecare să-și povestească propria istorie, simțindu-se ascultat și respectat. Mama și copilul nu trebuie să cadă de acord asupra unei istorii comune. Trebuie doar să încerce să se înțeleagă, fără să se judece.

Mulți adulți nu vor să tulbure liniștea părinților, se tem să nu-i rănească. Le repet iar și iar să se pună o clipă în locul acestor părinți care nu înțeleg de ce copiii s-au îndepărtat de ei și au tăiat toate legăturile. Nu e oare mai bine ca fiecare să-și spună adevărul lui, astfel încît relația, în loc să se stingă puțin cîte puțin în indiferență și politețe formală, să poată renaște din propria-i cenușă ? Unui pacient care se temea că procedînd astfel își bagă părinții în mormînt, un coleg al meu i-a răspuns : « Nu numai că nu-i ucizi, dar le dai zece ani de viață, îi eliberezi de povara trecutului. »

Eu însumi, după experiența unui dialog sincer cu părinții mei, am putut constata cît de eliberat m-am simțit. Am încetat să mă tem de cei mai în vîrstă. Îmi place compania lor. Mă bucur de o energie cu izvoare mai adînci, pentru că nu mă mai simt rupt de cei care m-au precedat. Știu că, după puterile mele, continui calea începută acum 30 000 de ani de primii oameni de pe pămînt. Mi-am regăsit părinții și sensul propriei mele istorii.



Iubirea în suferință

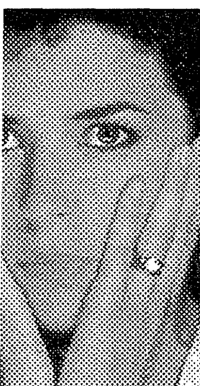
Cînd iubim, nu mai facem diferența
între a mușca și a săruta.

Heinrich von Kleist

4

CAPITOLUL

Ea și *El* la ananghie



Domnia repetițiilor

Iată-ne ajunși la relațiile bărbat–femeie, adevărata miză a acestei cărți. Așa cum am explicat de la început, impasurile prezentului sînt în mare măsură explicate prin impasurile trecutului, acestea fiind pur și simplu jucate din nou pe scena relațiilor afective.

Cred că sîntem condamnați să repetăm întruna aceleași raporturi atîta timp cît nu izbutim să ghicim figura simbolică ce se ascunde în spatele tuturor repetițiilor, ținîndu-ne prizonieri. Lecția este mereu aceeași: trebuie să ne cîștigăm dreptul de a fi noi înșine, cutezînd să înfruntăm « monstrul » patern sau matern.

Cei mai mulți oameni nu izbutesc să simtă, să valideze și să-și exprime nevoile reale, de teamă să nu fie judecați sau ridiculizați. Tot felul de complicații lăuntrice îi împiedică să se îndrepte spre ceea ce e bun pentru

ei, lucru valabil în primul rînd în ce privește alegerea partenerului de cuplu. De altfel, e imposibil să judecăm aceste relații. Cine poate spune de ce tip de partener are nevoie un bărbat sau o femeie pentru a se cunoaște mai bine și a înfrunta ceea ce zace în inconștientul său ? Vom verifica amploarea repetițiilor pe terenul cuplului, fără să uităm însă că ele constituie tot atîtea ocazii pentru a deveni conștienți de dinamicile inconștiente aflate în joc.

Viața în doi nu e obligatorie

Un mic avertisment se impune. Cuplul poate deveni un ideal tiranic și, dacă vrem să vorbim despre el sincer, fără să avem sentimentul că înfăptuim o crimă de lezmaiestate, trebuie să ne distanțăm: doar astfel ne putem privi discursul cu detașarea necesară. Admițînd importanța fundamentală a relației de cuplu într-o societate, nu trebuie să facem din ea un absolut. Indivizii pot foarte vine să cunoască fericirea și plenitudinea trăind singuri, întreținînd sporadic relații hetero- sau homosexuale ori lipsindu-se complet de sexualitate.

Dacă pornim de la ideea că într-o societate ar trebui să existe doar cupluri heterosexuale, fidele din punct de vedere sexual și unite pe viață, nu are rost să mai vorbim despre dificultățile cuplului, căci încercările vieții în doi au sens doar dacă-l fac pe fiecare partener să se întrebe cine este și ce vrea, inclusiv ca sexualitate și ca mod de viață. Nu trebuie să facem din cuplu o condiție *sine qua non* a existenței: ar însemna să-i considerăm «anormali» pe toți bărbații și pe toate femeile care nu se adaptează la această «normă». Și care nu sînt rari.

În realitate, calapodul cuplului nu li se potrivește tuturor, deși aproape toți îl încearcă, cu mai mult sau mai puțin succes. Așa stînd lucrurile, poate ar fi mai bine să vorbim despre cuplu ca vocație, despre celibat ca vocație, despre homosexualitate și chiar despre «donjuanism» ca vocații – altfel spus ca înclinații sufletești care, prin aceste forme de viață, își caută expresia cea mai potrivită. Asta ne-ar scuti să judecăm totul, să condamnăm totul... și să explicăm totul.

După acest avertisment, să începem făcîndu-le o scurtă vizită *Ei* și *Lui*. Îi regăsim în dormitor, după o seară destul de dificilă.

Ea. Tîmpită seară! După cearta de după-amiază, ai rămas crispată, ca și *El* de altfel. Ești tristă. Îți spui că trebuie să faci ceva, altminteri, dacă lucrurile merg tot așa... în fine, preferi să nu te mai gîndești la asta. Intri în dormitor. El e încă în baie. Îți amintești ca prin ceață cuvintele prietenei care-ți spunea că, în situații disperate, rămîn două soluții: lenjeria neagră și vodca. În seara asta n-o să recurgi la vodcă, dar lenjeria neagră – de ce n-ai încerca? Sutienul din dantelă și portjartierul, asta-l dă gata.

El. Ajungi în dormitor. S-ar spune că *Ea* doarme deja. Cu-atît mai bine, n-ai chef de nimic și mai ales de discuțiile interminabile din pat, de care ea nu se mai satură. Numește asta intimitate. Ce să zic!... Stingi lumina, dar acolo, sub cearșaf, ce descoperi? O!... Nebunateca și-a pus portjartierul și sutienul de dantelă. Te faci că nu vezi nimic, dar inima îți bate mai repede. Simți chiar un început de erecție. Te apropii de ea, îi cuprinzi trupul fierbinte. Grijile au zburat. Ea nu se lasă îmbrățișată, dar pînă la urmă îți dă un sărut și te roagă să aprinzi o lumînare. Face pe fecioara inaccesibilă și trebuie să recunoști că figura asta ține de fiecare dată. Îți place să-ți opună rezistență, e ca și cum ar fi, mereu, întîia oară.

Ea. Îi simți mîinile pe trup, asta te liniștește. Mica ta stratagemă funcționează. Te relaxezi puțin cîte puțin. În fond, nu era așa greu: o pereche de ciorapi sexi și gata, s-a rezolvat. Mîinile i se plimbă pe tine și îți vine să te ghemuiești la pieptul lui. Îl simți palpitînd în spatele tău, excitîndu-se. Te strîngi lîngă el și te abandonezi languros. Problema e că, deja, nu-l mai interesează

decît sînii și sexul tău. Îți mîngîie sfîrcurile, dar tu nu te simți pregătită. Încerci totuși să mergi mai departe sperînd că dorința o să vină, dar nu vine deloc. Pe măsură ce el se excită, tu te dezumfli. După un timp, începi să te enervezi de-a binelea. Te simți din ce în ce mai mult un obiect, o jucărie bună doar ca să-i facă lui plăcere.

El. Mergea atît de bine, eram înnebunit. Dar ea și-a găsit să facă pe complicata: « Mîngîie-mă! Mîngîie-mă peste tot! Spatele, șalele, picioarele, umerii, am nevoie de puțină tandrețe. Am nevoie de puțin romantism! » Romantism! Deci asta era. Întotdeauna i se pare că nu ești destul de romantic, că prea mergi de-a dreptul. Orgoliul tău de bărbat a fost șfichiuit. Romantismul ei, la drept vorbind, habar n-ai ce vrea să însemne. Cînd o dorești cu pasiune, zice că nu vrei « decît sex »; iar cînd n-o dorești, zice că în relația voastră există « o problemă ». Alaltăieri, după o seară cu prietenii și cîteva pahare în plus, ai încercat s-o săruți la lumina lunii. Pentru tine, e tot ce poate fi mai romantic. Nu voiai să faci amor pe stradă, doar să faci puțin pe adolescentul. Chiar și atunci, ți-a spus că te gîndești numai la sex! A doua zi s-a scuzat, spunînd că o preocupa ceva de la serviciu. Tu însă nu mai știi ce să crezi. Să fii romantic înseamnă oare să nu te exciți cînd o săruți? Dar tu nu ești făcut așa, iar ea va trebui să priceapă asta odată! Îi întorci spatele bodogănind și stingi lumînarea.

Ea. Iar a ieșit o porcărie! Ai vrut să dregi lucrurile și n-ai făcut decît să le strici și mai tare. Te simți ridicolă cu sutienul și portjartierul tău, și ți le scoți cu gesturi violente, ca să-l deranjezi cît mai mult. E așa greu de priceput că-ți place tandrețea? E așa greu de priceput că-ți place să fii cucerită încetul cu încetul, să fii dorită, să fii înțeleasă? Nu că nu ți-ar plăcea să faci dragoste, dar vorba e cum o faci. Totul e cum o faci. Sexul de

dragul sexului nu te interesează. Dar sexul cu mîngîieri și vorbe dulci, asta da!... ce vis!
Ah, uite, iar începe! Bărbații n-au pic de mîndrie. O dată excitați, nu mai știu să se oprească. Uite-l, îți mîngîie sînii din nou. N-o să priceapă niciodată nimic. Îl lași să continue, dar ți-a pierit tot cheful. Trupul ăsta care se freacă de tine, vocea asta gîfîită care îți spune mașinal: « Scumpi! Ah, scumpi! », totul ți se pare grotesc. Dacă nu-l oprești acum, peste cinci minute o să ai sentimentul că ești violată.
Te îndrepți dintr-o mișcare și aprinzi lumina. Îi declari pe un ton ce nu admite replică: « Și să nu-mi mai spui niciodată scumpi! »

El. Asta-i chiar culmea! Îi răspunzi pe același ton că nu va mai fi nici un « scumpi », dar nici mîngîieri. Te-ai săturat să tot profite de tine. Ea n-are niciodată inițiativa. Niciodată nu propune să faceți dragoste. Tot timpul e sarcina ta. Ajunge! De-acum înainte, va trebui să facă ea primul pas. Ca să te înțeleagă. Să vadă cît e de plăcut să fii respins întruna și să revii mereu la atac. O să faci o pauză de erotism, de romantism și de toate. De-acum înainte, să-și bată ea capul.
Rumegi aceste gînduri cînd, deodată, parcă auzi în tine vocea tatălui tău. Aceeași tensiune, aceeași tăcere, aceeași problemă. Păreți un cuplu atît de bătrîn că-ți vine să urli. Aceeași oboseală a soției lui, mama ta, aceleași dorințe neîmplinite ca și la tine. Păi cum vine asta? Cică a fost o revoluție sexuală, dar nu s-a schimbat nimic. Taci și stingi lumina. Îi cauți mîna în întuneric, dar ea și-o trage înapoi. E țeapănă ca un par. Cuvintele tale au rănit-o, probabil. Rămîi așa, cu ochii deschiși în întuneric, incapabil să spui o vorbă, așteptînd să-i treacă.

Ea. Știi că-i acolo, cu ochii deschiși, în întuneric. Știi că te caută, ca să se liniștească. Tu însă nu mai poți face nimic, te simți atît de neînțeleasă. Te străduiești atîta

pentru el, vrînd ca viața să-i fie plăcută. Nu-i refuzi nimic. Nu s-ar putea apropia de tine cu puțină tandrețe? Oare îi ceri prea mult?
O auzi pe maică-ta suspinînd: « Toți bărbații sînt niște porci! » N-ai ajuns chiar acolo, dar nici departe nu ești. Mai ține mult situația asta? Vei trăi, ca mama, o nesfîrșită așteptare, te vei resemna că nu poți schimba nimic? Ar fi prea stupid. Cu moartea-n suflet, îți spui că lasă, nu poate fi atît de grav. Numai că ce se întîmplă cu voi e prea din cale-afară de apăsător. Parcă ați fi mereu în contratimp.

Imposibila întîlnire

Știu, știu... Credeați că toate astea vi se întîmplă doar vouă! Îmi pare rău, dar trebuie încă o dată să vă contrazic: li se întîmplă tuturor. Chiar și atunci cînd e vorba de doi bărbați sau de două femei. Întotdeauna există un partener sexual și unul romantic. Așa e! Parcă-i povestea tatei și a mamei.
Da, știu. Există și alt scenariu. El e drăguț, e dulce, se strînge la pieptul tău ca un băiețel la pieptul mamei. Îi place să-l mîngîi, dar erecția nu mai vine. Nu vine niciodată. Ai sentimentul că tu ești de vină, că trupul tău a îmbătrînit. Dar și dacă ai fi topmodel nu ai avea mai mult succes. Adevărul este că se teme de tine și nu prea înțelege de ce.
Da, știu. Există și al treilea scenariu. Între tine și ea, în plan sexual, totul este în regulă. Problema e că doar asta e în regulă. Iei inițiativa mîngîierilor. O face și ea. Născocești mici trucuri excitante, îți propune și ea. Îi place să se îmbrace, îi place să se dezbrace pentru tine. Nu aici e hiba. Dar ori de cîte ori vrei să rezolvi o problemă, cît de mică, se cască o prăpastie la nivelul comunicării. Dacă ai proasta inspirație să-i faci o observație, se simte imediat atacată. Se simte vinovată și se închide în ea. Sau te acuză și te acoperă cu reproșuri. Nu mai ai în față o femeie, ci o fetiță. Degeaba îi

explici cum funcționează comunicarea între doi inși responsabili, degeaba îi spui că trebuie să fie un pic mai rațională, mai logică, mai coerentă, nu se schimbă absolut nimic. Atunci, în marea ta înțelepciune, cu diplomele și cunoștințele tale de psihologie, începi s-o acuzi prostește de toate relele pămîntului. Iar ea îți spune că nu asta înseamnă să comunici, că între doi oameni responsabili...

Ea se îndreaptă spre *El*, el se enervează. Ea îi întoarce spatele, el o caută. El o ține la distanță, dar dacă ea amenință că pleacă, o reține. Se urmăresc mereu, dar distanța dintre ei rămîne aceeași, mereu. Nu se întîlnesc niciodată.

Fac tot ce pot pentru a menține această distanță pentru că, la nivel inconștient, sînt prea amestecați unul cu celălalt. Rețeaua de proiecții și de speranțe pe care, fără să știe, o țes între ei împiedică o comuniune adevărată. Teritoriile sînt amestecate, iată cauza războiului dintre ei. Nu se înfruntă doar pentru a ști « cine servește și cine e servit », se înfruntă ca să știe « cine este » fiecare. Și pe bună dreptate, am fi tentați să spunem, căci, pentru a rupe cu moștenirea istorică și a forma un cuplu în care individualitățile să poată exista, fiecare trebuie să se diferențieze și să devină conștient de el însuși. Fricțiunile vieții de cuplu oferă ocazia ideală pentru această conștientizare.

Văzut din unghiul pozitiv al căutării de diferențe ce va permite o mai bună comuniune, acest război poate fi interpretat ca o luptă pentru iubire. E un război ce servește egalitatea și complementaritatea dintre *Ea* și *El*. E drept însă că poate să-i și înstrăineze dacă nu izbutesc să controleze tensiunea dintre ei.

În esență, aceste fricțiuni îi arată fiecăruia ce reacții îi provoacă celălalt. Aici începe cunoașterea de sine. Căci reacțiile noastre nu-i aparțin celuilalt, ele ne sînt proprii. Negative sau pozitive, emoțiile, gîndurile și chiar senzațiile partenerilor noștri ne stimulează, ne dezvăluie

ceea ce sîntem, dar ignorăm. Această cunoaștere de sine pregătește terenul pentru comuniunea conștientă în iubire, cînd fiecare își depune armele și își abandonează puterea pentru a experimenta Unitatea.
Să intrăm, așadar, în această lume a repetițiilor care, înțelese bine, permit cunoașterea de sine și a vieții.

Teama de angajare

N-o face niciodată pe partenera ta să plîngă!

Dezechilibrul triunghiului tată–mamă–fiu, care-i împinge pe mamă și pe fiu să trăiască o căsătorie simbolică, este periculos pentru cuplul pe care fiul îl va forma în viitor cu o femeie. Pentru un asemenea fiu, prima sau primele legături servesc doar la demistificarea figurii materne. În mare parte, aceste complicații puteau fi evitate dacă tatăl ar fi fost prezent în familie și i-ar fi acordat fiului atenția de care acesta avea nevoie. Pentru că nu s-a întîmplat așa, fiul se luptă cu un complex matern care îl devorează inconștient și pe care-l proiectează asupra partenerei sale. Această proiecție provoacă automat repetarea trecutului: fiul va începe să se comporte cu partenera ca și cum ar fi mama lui.
Adevărul este că puțini bărbați au învins dragonul matern. Regăsim, de altfel, urma complexului matern negativ în jelania aproape universală a bărbaților: « Mă sufoc cu partenera mea! » Dacă stai să-i asculți, ai impresia că suferă cu toții de *sindromul funiei de gît*. Mai bine cunoscut sub numele de *teamă de angajare*, acest sindrom are la bază sacrificarea nevoilor de afirmare și de autonomie, interdicția de a exprima sentimentele negative și reprimarea sexualității – care s-au petrecut în copilărie. Elementele acestui contract tacit

între mamă și fiu sînt adesea transpuse integral în cuplul de mai tîrziu.

Cum spuneam, mulți bărbați nu reușesc să-și învingă complexul matern și rămîn prinși în lațul culpabilității. Puterea lor de afirmare e cu atît mai inhibată. Pentru acești bărbați, « N-o face niciodată pe mama ta să plîngă » a devenit « N-o face niciodată pe partenera ta să plîngă ». Această teamă că ar putea s-o facă să plîngă, că i-ar putea spune *nu* celei pe care o iubește, are însă un efect foarte pervers: cînd un bărbat nu e capabil să-și afirme împotrivirea, el nu e capabil nici să se deschidă și să spună *da*. Cînd un bărbat, ca *El*, nu izbutește să-și ocupe locul în relația de cuplu, cînd se retrage mereu pentru a-i face pe plac partenerei și a n-o supăra, aceasta sfîrșește prin a se simți foarte singură. De frică să nu displacă, *El* se supraadaptează. Îi face servicii partenerei la fel cum înainte îi făcea mamei, numai ca s-o facă fericită și să-i smulgă un surîs. Iată de ce, la terapeut, *Ea* ajunge uneori să se plîngă: « Da, e drăguț, duce gunoiul, gătește, spală vasele. Din cînd în cînd plînge. Dar eu mă simt abandonată! » Dacă ar îndrăzni, ar adăuga: « Am impresia că n-are coaie! » Evident, strategia folosită de *El* pentru a evita să intre în conflict cu *Ea* n-o face fericită pe aceasta. Ca să evite cearta, el îi cedează tot teritoriul casnic și afectiv, ceea ce duce la o pierdere de vitalitate de care cuplul se resimte.

Frustrarea nevoilor sale de afirmare și de autonomie nu rămîne fără urmări nici pentru *El.* Vedem adesea « băieți cuminți » cuprinși de accese de agresivitate. Puterea de exprimare reprimată se manifestă atunci în forma ei negativă și distrugătoare. Furia poate izbucni în orice moment, la o remarcă nepotrivită sau la un pahar în plus. El își acuză atunci partenera de propria lui neputință. Scapă astfel de tensiunea interioară, dar sfîrșește, în cazurile mai grave, prin a le strica viața tuturor apropiaților săi.

Chiar dacă *El* se simte vinovat de aceste furii, tot nu le înțelege cauza profundă. Nu înțelege că inconștientul încearcă în felul acesta să spargă statu-quo-ul pe care eul îl menține în mod artificial. Nu înțelege importanța psihică a acestor izbucniri. Știe doar să se scuze pentru excesele sale, ca să reînceapă la prima ocazie. Situația nu poate fi rezolvată dacă el nu se regăsește pe sine și dacă nu încetează să blameze ceea ce se petrece înlăuntrul lui. Acum nu mai e vorba de a-i face pe plac mamei, ci sufletului său aflat în căutarea unei exprimări mai complete.

Uneori, *El* izbutește să-și învingă teama de a displăcea și agresivitatea, refugiindu-se în tăcere. Dacă l-aș întreba de ce-i este atît de greu să vorbească, chiar și înlăuntrul celei mai intime relații a lui, probabil că mi-ar răspunde că-i este rușine de ceea ce simte. Îi este rușine de agresivitatea și de sentimentele lui negative. Îi vine greu să-și ocupe locul în cuplu, neavînd loc în el însuși. Căci, trebuie spus, pandantul culpabilității este rușinea; rușinea de pornirile lăuntrice și de propriile nevoi.

Dar mai există o explicație: bărbații sînt educați să-și fie exteriori lor înșiși. Lumea interioară le este interzisă. A vorbi despre sentimente înseamnă, pentru ei, să se comporte ca o femeie. Mai mult, bărbatul se teme să nu-i ofere arme partenerei sale dacă își expune intimitatea. Se teme să nu fie dominat și să nu-și piardă puținul teritoriu pe care-l ocupă. Prin tăcerea sa, își apără identitatea.

Dacă, în plus, aș vrea să știu de ce se teme atîta de lacrimile unei femei, mi-ar spune că atunci cînd el era mic, iar mama lui era « foarte mare », plînsul ei i se părea o furtună catastrofală. Suferințele ei deveneau suferințele lui. Astăzi, nefericirea partenerei sale produce în el aceleași efecte. În fapt, cu educația lui de erou, a învățat să se simtă răspunzător pentru capriciile partenerei, la fel cum se simțea pentru fericirea mamei. Totuși, nu-și va găsi libertatea și împlinirea într-o relație

de cuplu dacă nu admite că exprimarea nevoilor sale se poate face împotriva nevoilor partenerei; că o poate face să sufere, dar că nu el e vinovat de nefericirea ei. În plan simbolic, admițînd că poate să provoace uneori suferința și mîhnirea celor din jur, bărbatul începe să gonească dragonul matern. Pentru a-și învinge complexul, el trebuie să scape de sacrosancta imagine de « băiat cuminte ».

Hotărîrea de a fi el însuși, de a-și ocupa locul ce i se cuvine, va răsturna desigur dinamica cuplului, ba chiar riscă s-o pună în pericol; dar dacă *Ea* și *El* vor trece prin această încercare, legătura lor se va întări. Va înceta să fie o relație formală, convențională, spre a pune față în față două ființe autentice. Intimitatea nu e posibilă decît cu prețul acesta.

Disprețul față de femei. Nu toți bărbații își ascund slăbiciunea în spatele unei supraadaptări ipocrite, ca *El*. Unii se afirmă cu atîta greutate și se tem într-atît să nu cadă sub puterea unei femei, încît hotărăsc să țină sub control tot ce se întîmplă în casă. Încearcă să-și diminueze și să-și critice partenera de teamă că aceasta va dobîndi prea multă putere. Această nevoie de a domina dezvăluie amploarea unui complex matern inconștient, pe care bărbatul se chinuie să-l exorcizeze supunînd-o și aservind-o pe femeia cu care trăiește. Reducînd-o la condiția de obiect, el încearcă să-și răzbune copilăria petrecută sub autoritatea unei mame prea influente. În plan simbolic, comportamentul lui vorbește despre o copilărie în care el însuși s-a simțit redus la condiția de simplu obiect, supus voinței materne.

Oricum, cred că maliția masculină față de femei, glumele care le umilesc și voința de a le supune vizează un singur obiectiv ascuns: complexul matern negativ care, din adîncurile inconștientului, continuă să oprime un eu ce n-a îndrăznit să se afirme niciodată. Bărbatul își varsă atunci amărăciunea și neputința pe soție. Dar

ceea ce din afară apare ca un dispreț suveran față de valorile feminine, dinlăuntru se vede ca singurul mijloc de apărare a unui băiețel derutat care nu izbutește să-și asume propria putere de afirmare.

Sexualitatea inevitabilă

Sexualitatea reprezintă unul dintre modurile majore ale exprimării umane. Nu sîntem oare produsul a două celule sexuale care se întîlnesc ? Fiecare fibră a ființei noastre respiră sexualitatea, și este iluzoriu să credem că o putem reprima fără ca ea s-o apuce pe tot felul de căi ocolite.

În familiile tradiționale, erau proscrise nu numai sexualitatea dintre mamă și fiu, lucru de la sine înțeles, dar și dorința și erosul împărtășite. Pur și simplu nu se vorbea despre ele. Această atmosferă austeră are profunde repercusiuni asupra vieții sexuale a cuplului. Rezultatul e că majoritatea bărbaților sînt convinși că femeile nu au dorințe sexuale. Asta din cauză că numeroase mame, născînd copii, și-au regăsit virginitatea. Ca și cum, din clipa în care ele se consacrau familiei, tații rămîneau singurii purtători ai acelui lucru rușinos care e sexul.

Or, aprecierile negative privind sexualitatea masculină nu sînt de natură să-i încurajeze pe bărbați în viața lor conjugală. Pe terenul sexual, mai mult decît pe oricare altul, bărbații trebuie să facă pe eroii și să ia inițiativa. De obicei, ei sînt cei care-și asumă riscul de a fi respinși sau refuzați. Iată tot atîtea răni ale amorului-propriu, pe care au învățat să le treacă sub tăcere și care adesea rămîn necunoscute partenerei. În dormitor ca și aiurea, bărbații vor să fie performanți. Încă o dată, se creează un soi de mentalitate a datoriei, care-i împiedică să fie cu adevărat prezenți în relația cu celălalt. N-au învățat să se relaxeze și să împartă plăcerea cu partenera; de obicei, nici să i se abandoneze nu știu. În fond, continuă să fie niște băieței buni care se străduiesc, ca altădată, să-i facă mamei pe plac.

«Scuză-mă, mă excit cînd te mîngîi!» Uneori, bărbații se simt atît de vinovați de sexualitatea și de dorințele lor sexuale, încît sfîrșesc prin a avea atitudini absolut surprinzătoare. La un atelier în care discutam cu un grup de bărbați despre intimitatea lor de cuplu, unul dintre participanți ne-a mărturisit că principala problemă pe care o avea cînd făcea dragoste era că, în cursul preliminariilor, intra mereu în erecție. Credea că erecția lui trădează un egoism fundamental și exprimă o formă de dispreț față de nevastă-sa. Avea impresia că trebuie să se pună exclusiv în serviciul partenerei și să uite de propria-i plăcere.

Mi-am dat seama că, la fel ca alți bărbați din grupul nostru, și el se rușina de lumea lui interioară, plină de fantasme sexuale. Îi venea greu să simtă plăcere dăruind plăcere. Mîngîind sînii și sexul partenerei, își uita propria lui bucurie de a mîngîia niște sîni sau un sex. În familia lui, sexualitatea fusese negată într-o asemenea măsură, încît sfîrșise prin a-i inhiba toate pornirile. Nu putea crede că propria lui excitație o excita și o stimula pe partenera sa.

Vaginul cu dinți. Cred că succesul telefoanelor erotice – situație în care femeile preiau inițiativa, iar bărbații își pot mărturisi fantasmele cele mai ascunse – traduce bine acest gen de impas sexual. Mai ales că nu-i nevoie să fii erou cu o prostituată, fie ea în carne și oase sau la capătul firului. Plătești și nu datorezi nimic. De aceea, recursul la femeia-obiect, de care poți dispune fără obligații și fără risc, sau la femeia gonflabilă, pe care după folosire o poți băga în dulap, trădează angoasa castrării ce-i obsedează pe numeroși bărbați.

Într-adevăr, dacă nu are loc demistificarea figurii materne, băiatul este cuprins de o teamă care persistă pînă la vîrsta adultă. Această fantasmă se exprimă sub forma primitivă a vaginului cu dinți al vrăjitoarei, capabil să reteze penisul unui bărbat. Am întîlnit în terapie bărbați

care evitau felația de teamă că ar putea rămîne fără organ. Fantasmele și practicile sado-masochiste exprimă bine acest raport nerezolvat cu mama. Să legi o femeie, s-o chinui și s-o aservești exprimă simbolic tentativa de a exorciza puterea feminină, adică autoritatea maternă. Contrariul dovedește exact același lucru. Bărbatul legat și umilit recreează, în plan sexual, atmosfera psihologică din copilăria lui. Lucru interesant, clienții prostituatelor « dominatoare » sînt adesea bărbați ajunși în poziții de putere la locul de muncă sau în societate. Prin jocul sexual masochist, ei își ispășesc la picioarele dragonului matern îndrăzneala de a-i fi uzurpat autoritatea.

Însă nu numai autoritatea maternă este în cauză aici. Absența tatălui sau neparticiparea lui la educația copiilor duce și ea la o mare fragilitate a identității sexuale a fiilor. Aceștia nu sînt siguri că sînt cu adevărat bărbați și se tem să intre în femeie, fizic sau simbolic. Rezultatul este, în plan fizic, ejacularea precoce sau impotența, iar în plan simbolic teama de intimitate cu femeia. Putem interpreta donjuanismul, adică nevoia de a pătrunde în toate femeile, în mod similar: ca pe o încercare de a învinge teama de castrarea maternă. În felul său delirant, Don Juan încearcă să-și dovedească sieși că nu se teme de partenerele sale.

Așadar, mulți bărbați formează primul lor cuplu proiectînd asupra partenerei imaginea unei diavolițe care amenință să-i castreze. Frica aceasta are de altfel temei în realitate, căci furia refulată de a fi fost lipsite de atenția paternă le face adesea pe femei inconștient castratoare în raport cu partenerul lor masculin. Dorința inconștientă de răzbunare împotriva tatălui se transferă în cuplu.

Sexualitatea virtuală. Activitatea unui *voyeur* într-un *peep show*, privind un film porno sau făcînd sex în realitatea virtuală a computerului, exprimă foarte bine, și ea, teama

de castrare. Abolind raportul cu celălalt, scăpăm de lumea îndatoririlor și a sarcinilor, dar ajungem tot la o poziție castrată. Este poziția autoerotică, în care celălalt nu există, adică nu există decît ca obiect care ni se supune și servește satisfacerii noastre. Cum riscurile sînt inexistente, nu există investire amoroasă. Nemaivorbind de faptul că materialul pornografic consumat în exces sfîrșește prin a genera o dependență ce maschează o lipsă reală, anume nevoia de iubire. Pînă la urmă, sufletul însetat de contopirea intimă nu poate găsi aici satisfacție.

Cu toții știm că nu e nimic mai plăcut decît să facem dragoste cînd sîntem îndrăgostiți, pentru că toate dimensiunile ființei participă atunci la sexualitate. În acele momente, diferențele dispar în fuziunea profundă cu celălalt. Dar cîte greutăți și respingeri trebuie depășite pentru a ajunge la aceste extaze, adesea foarte scurte! A juisa în absența celuilalt sau manipulîndu-i imaginea poate să pară atunci un substitut acceptabil al unui extaz prea rar și prea greu de atins.

Pornografia riscă totuși să adîncească culpabilitatea bărbatului și să-l supună și mai mult puterii dragonului matern. Într-adevăr, cum cel mai adesea această sexualitate e practicată în ascuns, ea îl coboară din nou pe bărbat la condiția de băiețel care-și ascunde de ochii familiei adevăratul libido. Locul de sub pat, sertarele încuiate și computerul devin atunci cotloanele unde își ascunde imaginile sacre cel care nu îndrăznește să-și asume total dorințele în fața partenerei.

Sexualitatea e o dimensiune foarte importantă a vieții bărbaților, mult mai importantă decît vrem să admitem. Proliferarea pornografiei și turismul sexual sînt dovezi elocvente. Dacă încercăm să descifrăm aspectul simbolic al comportamentelor sexuale, avem șansa să înțelegem ce anume transpare prin ele. Întrezărim atunci o mizerie afectivă masculină care adesea are prea puțin de-a face cu sexualitatea însăși.

Am avut, de exemplu, un pacient care călătorea mult și își dezvoltase, de la o cameră de hotel la alta, un întreg arsenal de mijloace ca să audă ce se petrece în camera de alături. Masturbările cele mai frenetice și dătătoare de satisfacție le avea ascultînd un cuplu străin care făcea dragoste. Acest pacient fusese extrem de neglijat de părinți pe cînd era copil. Acum se răzbuna. Furîndu-le străinilor intimitatea, avea impresia că-și poate « porcăi » părinții, mai ales pe tată, care-l exclusese din celula familială. Obsesia lui ascundea și exprima în același timp mînia și dezamăgirea unui copil respins.
Bărbații ajung la relația romantică și la iubire prin sexualitate, în timp ce femeile ajung la sexualitate prin iubire și romantism. Sub acest aspect, cultura masculină și cea feminină sînt foarte diferite. Pentru ca bărbații să se poată împlini în cuplu, cred că e bine ca sexualitatea lor să fie luată în serios, chiar în formele ei respingătoare. Fantasmele trebuie înțelese ca o manifestare profundă a ființei. Pentru ca un bărbat să se poată investi complet în relația intimă, e necesar ca viața lui sexuală să fie acceptată așa cum e, căci ea simbolizează prin excelență raportul nerezolvat cu complexul matern și cu cel patern. Aceste fantasme nu trebuie transpuse neapărat în act, ci doar formulate, pentru a înțelege scopul lor inconștient.

Voyeur-ul cu ochii închiși. După cum vedem, forța sexuală masculină rămîne adesea ostateca tăcerii și a jenei. Mulți bărbați nu izbutesc să-i spună partenerei ce le face plăcere, uneori nici măcar că le place s-o pipăie și s-o privească. Se ajunge astfel la o situație cu totul paradoxală, căci femeile abia așteaptă din partea bărbatului aprecierea care să le valorizeze. O femeie își îngrijește îndelung trupul ca să fie frumos, cu pielea mătăsoasă. Are nevoie, în schimb, să fie valorizată de cuvîntul și de privirea bărbatului.
Legat de acest aspect, un bărbat de treizeci și cinci de ani mi-a făcut o mărturisire.

Era însurat de șase luni și tocmai se mutase cu soția într-un nou apartament. Fereastra de la salon dădea spre dormitorul unei femei care se dezbrăca fără să stingă lumina. Pentru bărbatul cu pricina, care de mic avusese înclinații spre voyeurism, a fost un șoc. Treptat, și-a făcut obiceiul să-și lase soția să se culce singură după telejurnalul de noapte. El rămînea în salon și se masturba privind-o pe vecină.

După ce-a aplicat cîteva luni această stratagemă, a început să se simtă atît de prost, încît s-a hotărît să-i povestească soției. Răspunsul ei a fost extraordinar. I-a spus cu multă blîndețe: « E ciudat, pentru că atunci cînd facem dragoste ții întotdeauna ochii închiși! Îți place atît de mult să privești, însă la mine nu te uiți cînd mă fac frumoasă pentru tine și cînd am orgasm. Vreau să-mi spui că și eu îți par frumoasă. Mi-ar plăcea să-mi spui că am sîni frumoși și că sexul meu te excită. Aș vrea să depășim sexualitatea convențională în care ne-am împotmolit. Aș vrea să născocim împreună jocuri și să imaginăm scenarii. Nu mai vreau să facem dragoste cu ochii închiși. »

Acest bărbat închide ochii pentru ca partenera să nu-i ghicească adevărata sexualitate. Culpabilitatea îl împiedică să înțeleagă cîtă nevoie are soția lui să fie privită și apreciată. În realitate, mulți bărbați nu cred că-și pot aduce dorințele și plăcerile pînă în patul conjugal. Ei continuă să-și procure plăcerea în ascuns, ca în copilărie. Trupul partenerei le rămîne interzis, ca și al mamei.

Cum încearcă bărbații să-și învingă teama de femei

Chiar înlăuntrul relației, bărbații folosesc diverse strategii pentru a-și învinge teama profundă de femei. Prima, de care am vorbit deja, s-ar putea numi *dependența totală* de parteneră. Aceasta e instalată din oficiu în postura de înlocuitoare a mamei. Ea îl salvează, îl spală, îl îmbracă și îl culcă. Ea îi permite să rămînă în dulcea lipsă de responsabilitate a copilăriei, chiar

dacă nevoile lui de afirmare, de autonomie și de independență suferă.

Pentru bărbatul care-și iubește libertatea și care nu suportă să-l dădăcească o femeie, a doua strategie constă în a-i face partenerei un copil. Astfel, ea va avea cui să-și consacre toată grija, iar soțul se va simți eliberat de obligațiile afective. Culmea artei constă în a lăsa copilul, pe plan simbolic, să-și ocupe locul în patul conjugal, între cei doi soți. În felul acesta, putem fi liniștiți că specia bărbaților chinuiți de complexul matern și care se tem să lege relații intime cu partenera se va perpetua...

A treia strategie ține de ceea ce aș numi *contradependență*. E vorba de un soi de celibat defensiv. Contradependentul ar putea declara: « Sînt autonom, depind doar de mine sub toate aspectele, n-am nevoie de o femeie ca să trăiesc! » Altfel spus, se îmbracă singur, mănîncă singur și se culcă singur! Datul lui este patul gol, singurătatea și performanța ocazională. Nevoile lui de comuniune și dependență sînt refulate. Strîngînd din dinți, practică autodisciplina și asceza.

După eliberarea sexuală, o a patra strategie pare să cîștige teren. Ea îl satisface pe bărbatul care nu poate trăi nici în dependență, nici în contradependență. Practicantul unei asemenea arte frecventează, ca să spun așa, *bucăți de femeie*: se întîlnește cu una pentru că face bine sex, o vizitează pe alta pentru că e amatoare de teatru și e prieten cu o a treia pentru preocupările ei mistice. Astfel, izbutește să-și satisfacă atît nevoile de comuniune, cît și pe cele de separare.

În esență, a cincea strategie este o variantă postmodernă a faimoasei sfîșieri între fecioară și tîrfă, pe care o trăiesc mulți bărbați. Protagonistul se *însoară cu o femeie cinstită și respectabilă*, pe placul familiei, și o leagă de casă, iar pentru aventură întreține o amantă. Duce un fel de viață dublă pentru a-și păstra imaginea socială, pentru a-și crește copiii fără perturbări sau pur

și simplu pentru că n-are curajul să divorțeze. În mai multe societăți antice, printre care China și Japonia, această cutumă era oficializată. Ba chiar amanta trebuia să fie prezentată soției oficiale și acceptată de ea. Lucru notabil însă, în aceste societăți statutul de mamă este cel mai înalt statut la care poate aspira o femeie, iar complexele materne ale bărbaților sînt enorme.

Privind mai atent aceste strategii, ne dăm seama că nu teama de *femei* condiționează adoptarea lor, ci mai curînd teama de *o femeie*. Un bărbat se teme să rămînă în intimitate cu *o femeie* pentru că fantoma autorității materne continuă să-i bîntuie psihismul.

Nevoia de romantism

De ce țin femeile atît de mult la cuplu

Bărbații sînt educați pentru a fi eroi, iar femeile pentru a trăi în cuplu. Complexul matern masculin se manifestă mai ales pe terenul sexualității; în schimb, complexul patern feminin va fi jucat pe terenul romantismului și iubirii. Dacă bărbații suferă de *sindromul funiei de gît*, am putea spune că femeile suferă de *sindromul lasoului*: femeile vor să înhațe un bărbat.

Absența tatălui are drept principală consecință o rană a amorului-propriu care o afectează pe femeie în puterea ei relațională. Ea își simte identitatea întărită de prezența mamei, dar diferența ei sexuală nu a fost validată de tată. Valoarea ei ca femeie sexuată n-a fost recunoscută. Atîta timp cît nu o va iubi un bărbat, nu se va putea iubi nici ea însăși. Rezultatul e dorința obsesivă de a trăi în cuplu. Ea caută cu orice preț privirea bărbatului și vorbele lui de iubire pentru a-și vedea confirmată valoarea proprie. Dar nu iubirea vorbește aici, ci amorul-propriu rănit. Moștenirea psihologică

le face pe unele femei să confunde cele două noțiuni. Ele au impresia că sînt complet altruiste, cînd de fapt nu urmăresc, prin tot ce fac, decît să ocupe un loc central și să demonstreze că există.

Statutul de femeie nu există pentru ele. Li se pare că nu pot fi fericite și chiar că nu pot trăi fără un partener. Își închipuie că iubirea va rezolva totul, că va umple golul și le va aduce un sentiment de plenitudine. Cred că ocupîndu-se de un bărbat sau de un copil își vor găsi fericirea supremă. În plus, femeia care a fost lipsită de atenția paternă poate crede că trebuie să subjuge pentru ca privirea masculină să rămînă ațintită asupra ei. Ca să-și atingă scopul, va încerca tot felul de stratageme. Ca să-l facă pe bărbat să-i acorde atenția, toate mijloacele sînt bune. Seducție, supunere, retragere tăcută, suspine, lacrimi intră atunci în acțiune pentru a-l convinge că trebuie să se ocupe de ea.

Aceste încercări sfîrșesc prin a produce efectul contrar. Tentativa unei femei de a subjuga din cauza propriei nesiguranțe îl face pe bărbat să fugă sau îl leagă de ea pentru alte motive decît iubirea, cum ar fi sentimentul de culpabilitate. Această culpabilitate va fi cu atît mai activă cu cît bărbatul nu-și va fi învins complexul matern negativ.

Cuvinte de iubire

Indienii yaqui din nord-vestul Mexicului cred că bărbații își trag puterea din creier, iar femeile din vagin. Orientul proclamă că bărbații țin de Yang, principiul activ și creator al universului, iar femeile de Yin, contrariul său, principiul receptiv. Jung credea că principiul masculin depinde de Logos, adică de Spirit, cu majusculă, iar principiul feminin de Eros, în sensul de relație. Pe scurt, *El* ar asculta de legea Rațiunii, *Ea* de legea Iubirii.

Este, în bună parte, adevărat: în general, femeile consacră iubirii un veritabil cult. Folosesc deliberat cuvîntul *cult*, căci sub anumite aspecte e vorba de o religie a cărei zeiță este Venus. Femeile fac sacrificii pentru iubire, îi aduc ofrande, o adoră. Între două iubiri,

fac pauze de odihnă. Cînd iubirea apare, i se dăruiesc cu toată ființa. Acest univers al iubirii are băuturile lui magice, vrăjile, misterele și cețurile lui narcotizante. De altfel natura, cu vînturile și cu mareele, cu tunetele și cu fulgerele, cu secetele și cu apele ei revărsate, îl descrie mai bine decît cea mai reușită descriere psihologică.
Iată de ce femeile sînt sensibile la poezie. Poezia rupe monotonia limbajului rațional, făcîndu-l să înflorească în figuri de stil, în metafore și în atmosferă. Nimic nu poate bucura mai mult sufletul feminin decît faptul de a inspira o poezie de dragoste. Nimic nu exprimă mai bine sufletul feminin decît spiritul devenit poezie, decît Logosul logodit cu vorbele înflorite. În *Cyrano de Bergerac*, Edmond Rostand demonstrează magistral acest lucru: inima Roxannei nu e cucerită de bărbatul în carne și oase, de Cyrano cel cu nasul mare, ci de cuvintele lui de iubire.

Chiar dacă este exacerbată de absența tatălui, nevoia de romantism îndeplinește o funcție psihologică foarte importantă. Într-adevăr, ea reprezintă în esență la femeie simțul relației și al întîlnirii. Femeia știe că doar în iubirea umană se realizează un aspect fundamental al ființei. Aspirația ei romantică încearcă în fond să-l împingă pe bărbat spre propria lui împlinire, prin întîlnirea profundă a sufletului și trupului. Dacă această aspirație feminină rămîne mereu neîmplinită, dacă bărbatul nu-i acordă atenție, așteptarea se transformă în acreală, amărăciune, deprimare, iar bărbatul va fi disprețuit pentru nepăsarea lui. Atunci femeia se închide în ea, nu mai așteaptă nimic de la bărbați, iar sufletul ei rămîne rănit.
Fără această întîlnire, sufletul bărbatului este la fel de singur, însă bărbații, pesemne prea ocupați, nu par s-o fi aflat încă. Într-o bună zi totuși, orice bărbat se confruntă cu sine și atunci înțelege că gloria și bogăția nu-i folosesc la nimic dacă nu a iubit, dacă nu a vibrat la chemarea iubirii. Fără iubire, viața e goală. Este un adevăr pe care, în taina inimii sale, orice bărbat îl înțelege la un moment dat.

Bărbatul care se teme să iubească nu știe că o femeie, prin generozitatea ei, poate spori puțina iubire pe care i-o poate el oferi, cu condiția expresă ca el să se angajeze. Aproape am putea spune: cu condiția ca el să accepte să aibă nevoie de ea. Căci o femeie poate dărui totul din iubire. Aici se ascunde o mare parte din misterul feminin. Iar femeia îl poate iniția pe bărbat în acest mister. Dacă se simte cu adevărat iubită, aleasă, prețuită, îl poate iniția în slujire și abnegație. Esența feminină se manifestă deplin în întîlnirea personală și individuală, esența aceasta îl implică pe celălalt dintru început. Dar, din păcate, splendoarea și firescul acestui mister îi înspăimîntă adesea pe bărbați.

Capcanele romantismului

Eroarea sistematică. Universul reveriei romantice are și o latură negativă. El alungă banalitatea cotidianului și permite evitarea suferinței, dar femeia se poate pierde ușor într-un asemenea univers, care interpune un văl de fantasme între ea și realitate. Imaginația ei va face dintr-un partener abia întîlnit un cavaler fără prihană, pentru ca, încetul cu încetul, șocul realității s-o readucă pe pămînt: omul cu care trăiește nu e nici pe departe cel pe care și-l imaginase.

Romantismul le face chiar pe unele femei să se înșele sistematic în alegerea partenerului. O femeie poate, bunăoară, să confunde brutalitatea masculină cu fermitatea. Un partener pare puternic, și ea crede că-și va găsi lîngă el siguranța. Dar nu va mai înțelege nimic cînd agresivitatea se va întoarce împotriva ei. Alta ia tăcerea drept înțelepciune... ca să-și dea seama mai tîrziu că bărbatul cu pricina pur și simplu nu avea nimic de spus.

Același lucru i se poate întîmpla și fiicei care, devenind confidenta unui tată alcoolic sau depresiv, a învățat rolul de victimă. Mai tîrziu, deși va căuta un salvator, va nimeri invariabil peste inși dependenți de droguri ori de

alcool sau peste oameni incapabili să-și cîștige singuri existența. Așa că va sfîrși prin a încerca *ea* să-i salveze. Speranța inconștientă a celei care se căsătorește cu un bărbat aflat în criză este că va izbuti să-l trezească pe prințul adormit din el. Atunci el își va dezvălui adevăratul chip și îi va confirma valoarea. « Într-o zi, prințul meu va veni! », își spune ea. Dacă însă, printr-o minune, broscoiul rîios se preface în prinț, adesea o va părăsi pe aceea care l-a ajutat la nevoie. Această femeie trebuie să devină atunci conștientă că n-are destulă prețuire de sine și tocmai de aceea alege bărbați care nu o respectă. Într-o zi, va descoperi și de ce poate iubi cu atîta abnegație: pur și simplu pentru că nu se iubește suficient pe sine. Ajutîndu-l pe celălalt să-și învingă dependența, ea și-o maschează pe a ei.

Jocul de-a ghicitul. Romantismul ascunde și alte capcane. Așteptîndu-l pe prințul din poveste, femeia întreține un fond de amărăciune alimentat încontinuu de decepțiile pe care i le provoacă bărbatul cu care trăiește, mai ales decepțiile ținînd de neputința lui de-a înțelege universul feminin. Căci i-ar plăcea un bărbat care să-i ghicească dorințele fără ca ea să le mai formuleze.
Ne aflăm în fața unui paradox. Deși se laudă cu competența ei în domeniul relațiilor sentimentale, adesea femeia nu îndrăznește să-și dezvăluie dorințele reale partenerului. Își închipuie că el le știe deja și îl acuză pe nedrept că nu vrea să i le satisfacă. I se pare că dacă trebuie să spună totul jocul nu mai are farmec. Satisfacția împlinirii unei dorințe se micșorează, crede ea, atunci cînd și-a exprimat dorința deschis. A-ți preciza dorințele privează, poate, relația de o anume aură de mister, dar cum să existe comunicare între doi oameni care nu sînt dispuși să spună limpede ce vor? Femeile cred că bărbații sînt, asemenea lor, maeștri în jocul de-a ghicitul: de fapt, capacitățile afective și de intuiție ale partenerilor, nefiind stimulate de educația primită,

sînt adesea atrofiate. Bărbații preferă pozițiile clare. Prefer ca partenera mea să-mi spună: « Am chef de o cină în doi la restaurant », în loc să-mi reproșeze: « Niciodată nu dorești să fim numai noi doi. »
Pe de altă parte, cu toată intuiția ei, femeia se poate înșela, luînd drept realitate ceea ce doar își imaginează despre lumea bărbatului. Ea îi atribuie anumite gînduri și sentimente, iar dacă, din nefericire, vorbele lui nu corespund cu universul interior închipuit de ea, îl suspectează. Nu-i de mirare că într-un asemenea context bărbații preferă să tacă. Ei nu se simt nici ascultați, nici respectați pentru ceea ce sînt cu adevărat. Se simt controlați și sfîrșesc prin a nu mai vorbi, de vreme ce se confruntă mereu cu partenere care cred că știu mai bine ca ei ce se petrece înlăuntrul lor.

Dificultatea de a comunica limpede. Ca să comunicăm cu adevărat, trebuie să fim receptivi la realitatea celuilalt distanțîndu-ne puțin de noi înșine. Dacă o femeie se plînge sau își exprimă decepția de îndată ce partenerul deschide gura ca să-i vorbească despre sentimentele sale, acesta va sfîrși prin a renunța la dialog. Va încerca o senzație de sufocare, de revoltă și de neputință. Se va simți de două ori captiv. Ea îi cere să vorbească, îi spune că tăcerea lui o face să sufere, dar, cînd el deschide gura, îl întrerupe ca să-i vorbească despre ea sau ca să-l contrazică. Practicînd acest stil de comunicare, femeia țese nefericirea ei și pe a partenerului.
Ai uneori impresia că pentru o asemenea femeie a comunica înseamnă în primul rînd să afle din gura partenerului ce gîndește el despre ea. Cînd o femeie se așază astfel în centrul vieții și comunicării bărbatului, ea suferă de o rană narcisistă periculoasă pentru viața de cuplu trăită în respect reciproc. E legitim să vrei să afli ce simte celălalt pentru tine, dar de ce să nu-i spui limpede: « Am nevoie să aud ce gîndești despre mine. » Iar după ce-ai pus întrebarea, trebuie să fii gata să accepți

răspunsul (sau non-răspunsul) așa cum este și să acționezi în consecință.
În ciuda ușurinței cu care navighează în lumea afectivă, femeile întîmpină adesea dificultăți cînd trebuie să comunice clar. Între femei, frustrările se exprimă deschis; cu bărbații, e altceva. Or, cîtă vreme această atitudine nu e revizuită, există riscul ca așteptările neformulate să exercite asupra relației o presiune care-l îndepărtează pe bărbat. Femeia – ca și bărbatul, bineînțeles – trebuie să știe că nu există acel partener magic care va coborî din cer, cunoscîndu-i dinainte nevoile și satisfăcîndu-i-le fără măcar ca ele să fie formulate. Prințul cel frumos nu va veni niciodată: e o figură mitică personificînd o stare de fericire lăuntrică, dar n-are aproape nimic în comun cu creaturile păroase care sînt bărbații.
Același lucru este valabil în plan sexual. Majoritatea femeilor nu acceptă să fie tratate de partener ca o jucărie sexuală și i-o reproșează amarnic. Dacă însă elanul lui sexual scade, femeia nu se mai simte dorită și se întreabă dacă nu cumva cuplul e în pericol! Și aici, ar fi mai bine ca ea să-și exprime deschis dorințele în loc să se plîngă – lucru care-l paralizează întotdeauna pe bărbat, care complică relația de cuplu și sfîrșește prin a o descuraja.

Războiul sexelor

Infantilizarea bărbatului

Sub influența societății patriarhale, mamele noastre au devenit stîlpi ai datoriei și ai principiilor, întruchipînd în familie spiritul grav. Singura lor activitate fiind bucătăria și creșterea copiilor, ele își pierdeau repede simțul jocului și al plăcerii. Neglijate de soți, nu mai aveau dorințe personale. Cu o asemenea perspectivă asupra

vieții, multe femei au ajuns să-și privească bărbații ca pe niște creaturi jalnice. Mult timp, mama îi repeta fetei care se pregătea de măritiș că primul copil pe care va trebui să-l crească va fi propriul ei soț! Valorificînd experiența mamelor, tinerele femei învață să-și domine soțul. Recurgînd la cuvînt, sex, lacrimi, suspine și umilințe, ele încearcă să-și educe partenerul pentru relația de cuplu. Țin, de pildă, lungi monologuri despre viața în doi, luîndu-le uneori drept dialoguri autentice.

Multe femei cred că bărbații merită această coerciție dat fiind modul iresponsabil și tiranic în care le-au tratat. Poate. Numai că astfel se transferă și se perpetuează în plan social veritabila luptă pentru putere care se dă între bărbat și femeie în viața privată. Această atitudine ascunde o furie și un dispreț vechi de secole față de bărbați. Ea nu duce la egalitate, ci, fără să vrea, subminează cuplul. Speculează spaima masculină de castrare și-l face pe bărbat să se revolte ori să se resemneze la postura de copil. Ceea ce nu rezolvă nimic: dacă se supune, el pierde respectul partenerei, dacă se revoltă, cuplul se macină în discuții fără sfîrșit.

Femeia care-și infantilizează bărbatul sfîrșește la brațul unui ins ce seamănă cu tatăl pe care-l disprețuia în copilărie: un bărbat inconsistent și slab, pe care nu-l poate admira. În consecință, nu se va putea împlini alături de el niciodată. Își va simți atunci dăruirea de sine ca pe o servitute.

Forța femeilor, fragilitatea bărbaților

Bărbații și femeile nu formează blocuri compacte de oprimați sau de opresori. Opresiunea socială și ideologică masculină își găsește uneori pandantul pe teren afectiv și privat, acolo unde unele femei sfîrșesc prin a exercita o formă de dictatură. Obișnuite să se considere « victime », ele nici nu-și dau seama măcar de puterea lor opresivă.

Jung a afirmat în mai multe rînduri că opusul iubirii nu este ura, ci puterea. Cînd nu mai iubim, sau cînd nu ne mai simțim iubiți, intrăm în conflict. Remarca este cu atît mai valabilă în cazul cuplurilor: pe măsură ce iubirea își pierde din intensitate, ea este înlocuită cu un fel de război de uzură. Același lucru se întîmplă cu femeia dezamăgită de relația cu soțul. Un protest surd se naște în ea, opunînd-o soțului și copiilor. În formarea acestei atitudini dominatoare, Jung vedea efectul unui complex matern negativ. O asemenea femeie, spunea el, a avut o relație nefericită cu mama și de aceea nu reușește să se identifice cu comportamentele și atitudinile feminine tradiționale. Vrea să trăiască într-o lume clară, lipsită de obscuritățile lumii materne. Dacă găsește un partener care poate accepta forța și originalitatea spiritului ei, se împlinește ca femeie. Dacă nu, se închide în ea și face tot ce poate pentru a frînge forța bărbatului.[35]

Timp de milenii, patriarhatul le-a ținut pe femei în inferioritate, dar asta numai la suprafață. În clar-obscurul inconștientului, am putea spune că lucrurile stau exact invers: în compensație, femeia a căpătat un sentiment de superioritate. Forța de afirmare a femeilor se sprijină adesea pe această convingere lăuntrică în superioritatea lor.

La bărbați se întîmplă exact contrariul. Mulți cred în superioritatea lor, credință ce le-a fost susținută, din copilărie, de cultura patriarhală. Dar superioritatea afișată ascunde o mare vulnerabilitate. Așa se explică de ce, la un eșec amoros, bărbații reacționează abuzînd de droguri, de alcool sau de sex, comportamente ce trădează slăbiciune interioară. Statisticile confirmă această interpretare: bărbații dependenți de droguri sînt de trei ori mai numeroși decît femeile în aceeași situație. Putem crede că așa-zisa virilitate nu e adesea decît un ornament ce maschează o mare dependență.

În multe cupluri moderne, dinamica tradițională a puterilor a fost deja inversată. Cînd femeia se afirmă cu

pasiune, mîndră de noua forță ce se naște în ea, bărbatul se pomenește deodată anihilat fără motiv. Comunicarea între ei devine atunci foarte dificilă. De o parte se află pasiunea și mînia zeiței, de cealaltă un băiețel care se teme să nu-și piardă privilegiile.

Sosirea amazoanelor. Feminismul le-a permis multor femei să-și manifeste latura amazoniană, să-și întărească amorul-propriu și să nu mai aștepte de la bărbat o confirmare ce întîrzia să vină. Fenomenul a produs la nivel social apariția unei adevărate generații de amazoane și a permis, în planul relațiilor de cuplu, schimbări surprinzătoare. O remarcabilă prefigurare a acestor schimbări apare în piesa de teatru a romanticului german Heinrich von Kleist, *Pentesileea*, scrisă în urmă cu două secole. Pentesileea era regina amazoanelor, războinice legendare care îi tolerau pe bărbați doar ca « sclavi », pentru a-și asigura descendența, propriii lor prunci de sex bărbătesc fiind uciși la naștere. Într-un cuvînt, contrariul patriarhatului, în care sclave sînt femeile.

În piesa lui Kleist, amazoanele pleacă la război contra grecilor, care-l aveau în frunte pe chipeșul Ahile. În focul bătăliei, Ahile și Pentesileea se îndrăgostesc. Încercînd să se apropie de ea pentru a-și declara iubirea, Ahile sfîrșește prin a o provoca la luptă. Pentesileea acceptă, deși supusele ei, observînd că regina nu e cuprinsă doar de febra războiului, ci și de aceea, mai periculoasă, a iubirii, o îndeamnă la prudență. În timpul luptei, Ahile poate la un moment dat s-o ucidă, dar nu se îndură s-o facă. Își aruncă atunci armele, acceptînd să-i devină sclav. Pentesileea însă, refuzînd să cedeze aceleiași slăbiciuni, îi ignoră gestul și-l ucide. Pînă la urmă, recunoscînd că l-a ucis pe singurul bărbat pe care-l iubise vreodată, Pentesileea se sinucide.

Povestind peripețiile personajelor mitice, autorul romantic nu-și imagina că descrie tabloul relațiilor de

cuplu ale viitorului. Într-adevăr, inversarea rolurilor tradiționale e tot mai frecventă în relațiile contemporane. Și mai ales la tînăra generație. Tot mai mulți bărbați tineri își acuză partenerele că sînt dure, intransigente și dominatoare. Fiind ei înșiși fiii primelor feministe, sînt mai sensibili la revendicările femeilor și, la fel ca Ahile, depun armele, lăsîndu-și iubitele să le decidă soarta. Acestea au învățat însă de la mamele lor să nu se mai încreadă total în propriul sentiment de iubire. Au învățat să fie tari și uneori merg foarte departe în direcția asta. Ele ucid relația, urmînd să înțeleagă abia mai tîrziu aspectul inconștient al dramei.

Excesele zeițelor. Ca să-și justifice faptele, Pentesileea invocă o zeiță. La fel, numeroase femei din Occident, redescoperind zeițele antice, ajung să creadă că acestea sînt fără *umbră*[36]. De parcă zeițele n-ar fi fost decît generozitate, fecunditate, bunătate și blîndețe, și n-ar fi patronat decît pacea. Feministele doresc o trecere rapidă la matriarhat, închipuindu-și că lumea ar deveni astfel blîndă și primitoare. Să ne amintim totuși că zeițele din mitologie erau capabile de violență în aceeași măsură ca omologii lor masculini. Grecii, bunăoară, aveau cele trei Grații, dar și cele trei Furii: psihologic vorbind, niște femei total isterice care simbolizau latura irațională a mîniei feminine. Frumoasa Artemis, zeiță necruțătoare, își asmuțea cîinii asupra celui care-o zărea îmbăindu-se; nefericitul era sfîșiat sub privirea ei impasibilă.

Toată istoria culturii e plină de violența zeițelor. Mai ales că multe dintre ele aveau drept trăsătură principală un soi de lipsă de măsură – în pietate și abnegație, dar și în cruzime. Amazoana modernă, la fel ca Pentesileea, poate fi și ea victima lipsei de măsură. Atunci își doboară partenerul și distruge cuplul, dîndu-și seama abia mai tîrziu că a fost intolerantă și că de fapt iubea din toată inima.

Dar, dată fiind brutalitatea violențelor comise de bărbați, a vorbi despre violența femeilor a devenit un subiect tabu în societatea noastră. Este motivul pentru care psihanalista jungiană Jan Bauer afirmă că femeile de astăzi au devenit intangibile și că dau toată vina pe patriarhat. Sătule să tot ducă în cîrcă umbra colectivă și să servească drept țap ispășitor bărbaților, ele se scutură pe bună dreptate de această povară, dar uită dimensiunea umbrei individuale, partea de rău pe care, cu sau fără voia ei, orice ființă umană o poartă. Astfel, spune Jan Bauer, apar noi ipocrizii și noi interdicții: « De parcă femeile nu se pot înșela, de parcă nu se înrăiesc decît din vina bărbaților ! Se consideră că femeile sînt întotdeauna bune, întotdeauna victime. Nu numai că acest fel de a vedea lucrurile este aberant, dar, la limită, le refuză femeilor orice demnitate. Pentru cine vrea să ajungă la plenitudine, autocritica este esențială... Marea provocare ce stă în fața femeilor e tocmai aceea de a-și asuma întreaga lor umanitate, partea luminoasă, ca și cea întunecată. »[37]

Cercetînd dinamicile puterii care înlocuiesc entuziasmul și colaborarea cînd iubirea lipsește, sfîrșim prin a înțelege că un război surd se duce de foarte mult timp între sexe. Acest război a început cu mult înaintea feminismului. Am însă impresia că bărbații l-au luat în serios doar din momentul cînd a început să facă victime în tabăra lor.

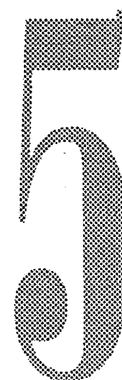
Oricum, *Ea* și *El*, ca atîtea cupluri, plătesc azi oalele sparte. Ce va pune capăt acestui război ? Dispariția luptătorilor ?... Oboseala ?... Mă întreb uneori dacă n-are dreptate cîntărețul Leonard Cohen cînd spune : « Fiecare suflet va cunoaște iubirea, dar ca refugiat. »[38] Poate că războiul va dura pînă cînd cîmpul de luptă va fi complet devastat și totul va fi distrus. Poate că atunci, deveniți exilați și refugiați, bărbatul și femeia vor fi pregătiți să-și recunoască nevoia de iubire. Distrugîndu-i,

războiul îi va face să înțeleagă iluzia victoriei și a înfrîngerii. Îi va face să trăiască ceasuri întunecate în temnițele inimii... Pînă ce nimic nu va mai conta pentru ei, afară de o mînă întinsă în întuneric.
Cîți dintre noi nu ajungem la iubire în felul acesta? Bătuți, umiliți, căutînd un ultim refugiu. Atunci iubirea apare, strălucitoare, iar noi ne trezim iarăși la viață, lecuiți de imensa trufie care este voința de a exercita o putere, oricît de neînsemnată, asupra altuia. Singura putere ce ne interesează atunci e puterea de a iubi, cu disperare și cu smerenie, fără trufie și fără rușine, ca ființe umane.
Iată deci unde s-a ajuns. Cuplul modern a devenit un cîmp de luptă, iar comunicatele de război ne vin acum din dormitoare, din bucătării și din saloane. Poate că dinamicile de dominație sînt pe cale să se inverseze, iar viitorul va aparține femeilor, așa cum trecutul a fost al bărbaților. Poate că pendulul va trece de la o extremă la alta. Aceste mișcări sînt înseși mișcările vieții. Eu unul doresc ca, în trecerea de la vechiul patriarhat la un eventual matriarhat, bărbații și femeile să aibă un răgaz de cîteva generații în care să meargă umăr la umăr, într-o reală fraternitate. Poate că îi vor învăța gustul și vor hotărî să se oprească.



Iubirea în sărbătoare

Fazele iubirii și ale cuplului • Sexualitatea și prietenia • Cuplul visat



C A P I T O L U L

Opera iubirii



Așa cum am văzut, dacă nu ne cunoaștem propriile traume ajungem inevitabil la repetiții, iar acestea constituie tot atîtea șanse de conștientizare și de evoluție. Mai întîi însă, pentru a face cuplul posibil, trebuie să depășim anumite prejudecăți. Asta ne va permite să măsurăm importanța mizei care ne stă în față și să imaginăm atitudini capabile să-i înlesnească realizarea.

A forma un cuplu înseamnă mai întîi să ne îndrăgostim. Iubirea-pasiune se avîntă într-un spațiu gol în care cei doi iubiți nu există. Dorințele incendiază brusc pădurea fantasmelor. Într-o singură noapte, întrevedem posibilitatea de a realiza toate acele lucruri la care, din cauză că ne lipsesc, aspirăm în taină. Dintr-o dată, iată-ne transformați, atît de deschiși, atît de contopiți cu viața! Celălalt apare atunci ca o condiție *sine qua*

non pentru menținerea acestei deschideri. Prin urmare, nu trebuie să-l mai pierdem. Nu trebuie să-l mai lăsăm să facă ce vrea, trebuie să-i controlăm venirile și plecările. Astfel, bucuria abia întrezărită se pierde.
Iubirea nu ne poate salva de noi înșine. Partenerul nu ne poate purta de grijă. El nu ne poate scăpa de mizeria lăuntrică. O asemenea iluzie nu se poate forma decît în focul pasiunii. Or, pasiunile amoroase se sprijină pe carențele fiecăruia. Ele devin repede închisori, pentru că-i cerem celuilalt să salveze ființa disperată care sîntem și să nu-și arate slăbiciunile. Fără să știe, victimele pasiunii suferă de un mare vid lăuntric.
Iubirea este un șoc, chiar o traumă. Să nu uităm că zeița iubirii, Afrodita, s-a născut din testiculele zeului Uranos aruncate în mare de fiul său Cronos, care i le-a tăiat la insistența mamei lui, Gaia, sătulă să-i tot nască prunci soțului ei. Dar nu trebuie să-l confundăm pe « a te îndrăgosti » cu a intra în relație. Pasiunea diferă de crearea unei relații, pentru că cea din urmă este o opțiune conștientă și articulată, fondată pe împărtășirea valorilor și pe negocierea unui scop comun.

Fazele iubirii și ale cuplului

Faza narcisistă. A trece de la pasiunea amoroasă la o relație veritabilă înseamnă a trece de la cuplul narcisist la cuplul bazat pe colaborare și întrajutorare. În faza narcisistă a iubirii, ochii celuilalt sînt un fel de oglindă care ne idealizează, care ne arată permanent o imagine a noastră pozitivă. În ochii lui ne vedem frumoși, generoși și seducători. Această fază are avantajul că ne pune personalitatea în lumina cea mai favorabilă. Alt avantaj este că ne permite să cunoaștem o stare de fuziune amoroasă în care totul e armonios. Aceste impresii de început ne vor susține pe drumul ce rămîne să-l străbatem pînă la cuplul adevărat.
Cuplurile contemporane nu durează pentru că adesea nu depășesc faza narcisistă. Ele funcționează doar atîta

timp cît cei doi parteneri se pot contempla în oglindirea pozitivă pe care și-o oferă unul altuia în fiorul primelor emoții. Dar, șase luni mai tîrziu, oglinda s-a înnegrit. Începem atunci să descoperim chipul celuilalt dinapoia proiecției noastre. Realitatea lui de ființă rănită transpare, proiectînd o imagine mai puțin strălucitoare. « Ești numai pielea și oasele, nu mai pot să te sărut ! » îi spunea un june îndrăgostit iubitei sale după cîteva luni de aventură toridă în care ea, mai vîrstnică, se arătase răbdătoare și dornică să-l inițieze. Am putea traduce fraza lui în felul următor : « Nu mai pot să mă sărut și să mă recunosc în imaginea mea așa cum se reflectă în tine ! » Cînd ochii partenerului nu mai oglindesc la fel de bine sentimentul de perfecțiune, începe suferința cuplului.

De ce este atît de greu să renunțăm la visul pe care ni-l facem despre cuplu și despre partenerul ideal ? Pur și simplu pentru că abandonarea acestui vis constituie o adevărată pierdere a virginității în plan psihologic. Fiecare se opune, atît bărbatul, cît și femeia, pentru că asta înseamnă să intri în contact cu celălalt așa cum este, și nu așa cum ai vrea să fie. Înseamnă să-l iubești chiar dacă nu corespunde întru totul imaginii animei sau animusului tău. O relație completă și reală se poate însă construi doar din momentul în care cei doi parteneri au acceptat deopotrivă această « dezvirginare ». Dacă relația izbutește să se închege pe baze mai puțin imaginare, calea spre o comunicare adevărată devine deschisă. Visurile și idealurile pot fi atunci împărtășite ca niște prețioase linii directoare, dar fără să mai ducă la comportamente compulsive sau la hotărîri pripite. Relația poate înflori în respect reciproc.

Iubirea ca luptă. Abia cînd reapar individualitățile, cu cortegiul lor de orgolii, pudori și diferențe, putem spune că începe adevărata operă a iubirii. Care însă nu e posibilă decît dacă păstrează în memorie, ca sursă și ca

țel ultim, acel spontan moment al începutului cînd, în emoția pasiunii, am pronunțat un « te iubesc » fără rezerve. Teoretic, traiectoria iubirii merge de la « te iubesc și nu pot trăi fără tine pentru că de fapt nu mă iubesc și am nevoie să-mi confirmi valoarea » la « vreau să fii cu mine, iubirea mea, vreau să exiști și nu mai trebuie să-mi confirmi întruna existența ». Cuplul posibil trece obligatoriu prin iubirea de sine și prin respectul de sine. Învățînd să ne autoapreciem, ne eliberăm de dependența de celălalt și putem slăbi controlul asupra lui. Dar trecerea de la o voință de dominare absolută a partenerului (de teamă să nu pierdem iubirea pe care ne-o oferă) la o relație mai relaxată, în care să-i permitem să trăiască liber, ne angajează într-o adevărată luptă interioară.

În acest sens, iubirea este o grea încercare pentru egocentrism. Egocentrismul se înveșmîntează în meschinărie, susceptibilitate, gelozie și intoleranță – tot atîtea forme de rezistență la iubirea adevărată. Orgoliul este atacat de iubire din toate părțile, ca un diavol aruncat în cristelniță. Deși ar vrea să se bucure de efluviile pasiunii și de deschideri nelimitate, micul eu egocentric nu acceptă să cedeze teren și să se transforme; va lupta împotriva iubirii pînă va ruina relația, apoi își va plînge amarnic nefericirea, uitînd că a provocat-o chiar el. Cuplul e așadar terenul pe care se duce lupta contra orgoliului personal. Sacrificîndu-ne revendicările egocentrice, ne apropiem de intimitate. De aici, o mulțime de suferințe pentru egocentrism, care se răzvrătește. Uneori, sacrificiul pare prea greu și meschinăria triumfă din nou. Totuși, puțin cîte puțin, conștiința se luminează și Iubirea se înstăpînește definitiv.

Iubirea cu I mare. Să te unești din iubire și să rămîi cu cineva din iubire reprezintă, incontestabil, o provocare. Pentru ca acest lucru să devină posibil, trebuie depășite cîteva prejudecăți. Prima dintre ele pretinde că a fi

complet înseamnă a fi doi. În realitate, dacă te unești cu cineva ca să-ți găsești *jumătatea*, te îndrepți spre eșec. Asta pentru că, pur și simplu, într-un cuplu există atîta fricțiune între cei doi parteneri, încît nu avem de-a face cu o adunare (1/2 + 1/2 = 1), ci mai curînd cu o înmulțire. Or, cînd înmulțim 1/2 x 1/2, obținem nu o unitate, ci un sfert. Iată problema: cînd doi indivizi trăiesc împreună, ei devin rapid un sfert din ei înșiși. Cînd îi întîlnești pe fiecare, sînt spirituali și creatori. Cînd sînt împreună, par terni și convenționali.

Așa cum spuneam, ca să putem trăi în cuplu trebuie să știm că se poate trăi și fără cuplu. Celibatul trebuie acceptat ca o opțiune valabilă și serioasă. El nu reprezintă neapărat o diminuare sau o formă de egocentrism. Poate fi privit ca un prilej de retragere sau ca un răgaz pentru refacerea forțelor. Celibatul se poate prelungi chiar pe durata întregii vieți dacă am decis să ne consacrăm energiile altui țel decît un cuplu sau o familie. Iar starea de iubire, slavă Domnului, nu e neapărat apanajul vieții în doi – ba chiar, uneori, o resimțim cu mai mare intensitate în perioadele de extremă solitudine.

Viața în comun rămîne totuși marea problemă. A o privi dintr-o perspectivă răsturnată poate fi atunci salutar. Într-adevăr, cel mai adesea, concepem iubirea ca pe ceva ce trebuie cultivat. Dar de fapt nu noi cultivăm și lucrăm ogorul Iubirii, ci mai curînd Iubirea ne cultivă și ne lucrează pe noi pînă dăm fructele cele mai frumoase. În procesul iubirii, obstacolele și dificultățile acționează asupra noastră și ne silesc să-i acceptăm acțiunea. Cu cît ne opunem, cu atît suferim, recunoscînd astfel participarea noastră intimă la Iubire. Țelul vieții este realizat atunci cînd ne contopim cu Iubirea.

Așadar, cuplul este în primul rînd terenul pe care evoluăm în raport cu Iubirea. De îndată ce intrăm în cîmpul ei, toate punctele noastre de rezistență sînt stimulate. Între două suflete puse să conviețuiască există atîtea fricțiuni, încît toate temerile vor ieși la iveală; pentru

a le putea înțelege și depăși, trebuie ca ele să se manifeste. E absolut normal ca bărbații și femeile să dorească Iubirea și totodată să se teamă de ea, pentru că Iubirea e înainte de toate o încercare de deschidere și de expansiune a eului. Există întotdeauna riscul de a te pierde în celălalt; sau invers, riscul de a te închide în sine și a trăi o mortală singurătate în doi, un fel de purgatoriu al intimității. Nu trebuie, așadar, să ne rușinăm că ne e frică de relația intimă cu celălalt, căci în planul identității pericolul este real.

Respirația cuplului. Sentimentul de iubire e motivat de o nevoie de comuniune pe care încercăm s-o satisfacem unindu-ne cu o altă persoană. Dorim să se șteargă diferențele și conflictele pentru ca sentimentul copleșitor de singurătate și separare să înceteze definitiv. În mod inconștient, dorim să vindecăm rana narcisistă de a nu fi decît bărbați sau decît femei. Încercăm așadar să remediem incompletitudinea de bază unindu-ne cu altcineva. Dar, dincolo de tentativa de compensare, se pare că există în noi o pornire care caută această viață în doi. E ca și cum, pentru a rezolva paradoxul central al identității noastre (care oscilează între individualitate și universalitate), comuniunea profundă cu o altă persoană ar oferi o soluție esențială. Dacă izbutesc să rămîn eu însumi în prezența altei persoane, fără să mă topesc total în ea, dacă izbutesc să mă recunosc în altă persoană fără să uit cine sînt, atunci paradoxul e rezolvat. Voi ști cum să fiu în același timp unul și doi, în loc să fiu numai unul sau numai altul.

Fericirea cuplului se sprijină pe respectul a doi poli opuși, dar complementari: pe de-o parte, nevoia de unire, și pe de alta, nevoia de separare. Capacitatea de regenerare a unui cuplu depinde de respirația – în doi timpi – a celor doi poli. Faza de inspirație este formată din momentele în care sîntem împreună și în armonie; faza de expirație, din momentele în care sîntem singuri

și reluăm contactul cu propria noastră individualitate. Bineînțeles, nevoile de autonomie pot pune la grea încercare sentimentul de unitate conjugală. Foarte adesea preferăm să uităm că încă existăm ca individualitate separată. Însă modelul cuplului « sudat », în care doi oameni trăiesc împreună douăzeci și patru de ore din douăzeci și patru, într-o armonie perfectă, fără să se certe niciodată, nu rezistă mult. Acest model este, de altfel, cauza multor suferințe.

Cuplurile cele mai fuzionale devin în general cuplurile cele mai violente. Explozia de afecte negative vine atunci să exprime nevoia nerecunoscută de separare. Ar fi mai simplu să recunoaștem în sentimentele de mînie și de iritare manifestările unei dorințe frustrate de expansiune individuală. Această recunoaștere ne-ar permite să venim în fața partenerului cu cereri realiste în ce privește nevoia personală de autonomie și să le integrăm în relație; căci dacă exigențele individuale nu sînt luate în serios, ele duc la acțiuni regretabile sau la un război latent ce împiedică intimitatea reală cu partenerul. Chestiunea autonomiei fiecărui partener scoate la iveală întreaga dificultate de a trăi în cuplu. Aici, mai mult ca oriunde, teama unuia că l-ar putea răni pe celălalt sau că va fi abandonat dacă îndrăznește să rămînă singur o vreme stimulează registrul spaimelor primare. Iată de ce chestiunea autonomiei individuale, a limitei sau a deschiderii autonomiei trebuie discutată în doi. Trebuie stabilită o scară a suportabilității pentru fiecare din cei doi parteneri. Există atunci riscul să apară divergențe de fond. Uneori, simplul fapt de a aborda această chestiune ține deja de domeniul insuportabilului. Trebuie să discutăm atunci despre pericolele interioare ce fac deschiderea atît de dureroasă.

Este important ca fiecare partener să-și rezerve cîteva minute zilnic sau cîteva ore săptămînal pentru a-și reface forțele și a fi în măsură să regenereze cuplul, altfel se instalează rapid plictiseala. Cuplul cade într-o rutină

în care nu se mai întîmplă nimic nou. Pe termen lung, totul se ofilește. Pentru ca legătura să rămînă vie, e necesar ca partenerii să se reîntîlnească și să se redescopere în permanență. Cînd membrii unui cuplu nu-și respectă nevoia individuală de izolare temporară, tot felul de sentimente negative îi silesc să se închidă în sine pentru a găsi introversiunea pe care și-o refuză deliberat. Fiecare sfîrșește prin a se retrage în găoacea lui, dispare comunicarea cu celălalt, iar cuplul moare.
Să ne oferim spațiul de care avem nevoie ca să ne dezvoltăm interior – iată un ingredient esențial al cuplului. Persoana pe care o iubim cel mai mult este și cea pe care riscăm s-o urîm cel mai mult, de vreme ce ea ne amenință, în primul rînd, identitatea personală. Confruntați cu dificultățile, să ne amintim că libertatea este cel mai frumos dar pe care i-l putem face partenerului. Căci, în esența ei, iubirea e libertate absolută. Iubirea se dăruiește fără condiții și fără servituți. Cuplul ne învață această iubire necondiționată la fel ca natura – care ni se oferă fără să fie nevoie să i-o cerem.

Se poate trăi fără a aservi pe cineva? Dar, în definitiv, e posibil să trăim fără să ne aservim partenerul? Sau, în genere, este posibil să trăim fără a aservi pe cineva? Chiar e posibil să împăcăm libertatea și iubirea fără ca una s-o excludă pe cealaltă? Cu greu. S-ar părea că, de îndată ce sîntem în cuplu, începem să ignorăm realitatea ineluctabilă a individualității ființelor. E ca și cum ne-am opune din răsputeri să devenim conștienți de faptul că celălalt există cu adevărat, cu o istorie diferită, cu dorințe diferite, cu sentimente și nevoi diferite de ale noastre. Ne opunem deoarece sîntem în cuplu tocmai pentru a încerca să alinăm sfîșierea narcisismului nostru de bază, care proclamă că sîntem singurul zeu sau singura zeiță din univers, singura autoritate. Iată de ce îndrăgostitul adoptă de la început atitudini prin care încearcă să ignore existența celuilalt.

Prima din aceste atitudini constă în *a deveni totul pentru celălalt*. Făcîndu-ne total indispensabili, sfîrșim prin a aboli realitatea și diferența pe care le reprezintă partenerul. Atitudinea inversă constă în a face ca *celălalt să devină totul pentru noi*. Atunci îl iubim pe celălalt mai mult decît pe noi înșine, ne sacrificăm individualitatea pentru a nu distruge cuibul iubirii. Cînd partenerii se limitează la aceste poziții fundamentale, cuplul va fi bazat pe aservire, pe posesivitate și pe gelozie. Or, condițiile impuse iubirii, oricare ar fi ele, creează o tensiune care sfîrșește prin a produce suferință. Mare parte din această suferință e provocată, în viețile noastre de cuplu, de simplul fapt că încercăm să controlăm viața partenerului. Îi controlăm felul în care mănîncă, doarme, gîndește; controlăm fantasmele din mintea lui și controlăm, mai mult ca orice, simpatiile pe care le-ar putea avea în afara relației cu noi.

De ce, bunăoară, ne străduim atîta să controlăm sexualitatea partenerilor noștri? Înseamnă oare că pentru noi intimitatea se reduce la sexualitate? Cum pot destine întregi să depindă de cîțiva centimetri de piele? De ce avem impresia că, dacă am îngădui această libertate, s-ar ajunge la un desfrîu total? O asemenea fantasmă nu trădează oare toate frustrările legate de nevoile noastre sexuale? De ce ținem atîta să controlăm sexualitatea partenerilor – nu cumva pentru că viețile noastre sînt lipsite de bucurie, iar sexul e singurul loc în care o găsim?

Sexualitatea și prietenia

Infidelitatea. Sexualitatea este un punct sensibil în aproape oricare cuplu. Adesea, printre lucrurile de netolerat, capabile să distrugă relația, se numără infidelitățile sexuale și « trădările ». Putem, desigur, să le acuzăm și să le condamnăm fără să căutăm motivele. Dar, dacă vrem să înțelegem ceva, e cazul să ne facem un adevărat examen de conștiință, căci infidelitățile pun în mișcare

spaime și nesiguranțe de bază, indiferent că le comitem sau le îndurăm. Trebuie să sesizăm natura experienței noastre lăuntrice și să rămînem în contact cu ea fără să cădem în culpabilitate ori să-l acuzăm direct pe « trădător ».

Dacă privim lucrurile din acest unghi, vom descoperi că nu ne respectăm rămînînd cu un partener infidel, după cum vom înțelege că aceste trădări semnalează ceva care șchioapătă în cuplu și care-i privește pe ambii parteneri. Putem ajunge astfel fie să ne lărgim concepția despre sexualitate, fie, dimpotrivă, să părăsim persoana iubită pentru că nu ne simțim nici iubiți, nici respectați. Pentru partenerul infidel, este important să-și pună întrebări: Ce încearcă el să evite prin infidelitate? Ce adevăr ascuns sau ce frustrare se profilează în spatele acestui comportament? Ce aventură interioară a creativității e deturnată astfel? Ce insatisfacție gravă e negată în felul acesta? Un asemenea examen de conștiință este mai productiv decît acceptarea normelor legii morale sau a reproșurilor partenerului. Decît să redevenim pur și simplu băieți sau fete cuminți, mai bine să profităm de această ocazie pentru a înțelege ce se întîmplă cu noi.

În timpul unui atelier avînd drept temă relațiile de cuplu, un bărbat care călătorea mult ne-a făcut următoarea confesiune în legătură cu numeroasele lui infidelități conjugale:

Mi-am dat seama că de cele mai multe ori escapadele mele mascau o insatisfacție profundă în viața mea de cuplu, o insatisfacție pe care nu îndrăzneam s-o exprim de teamă să nu distrug totul. Infidelitatea îmi permitea să accept un statu-quo pe care altfel nu l-aș fi suportat. Această strategie mă scutea să fiu « ticălosul » vinovat de provocarea crizei și în plus îmi permitea să evit suferința rupturii.

Mi-am mai dat seama că infidelitățile mă ajutau să-mi înving teama că aș putea fi părăsit de soția mea. Îngropasem

în mine suferința de a fi fost înșelat de cîteva ori, o suferință cumplită, care mă făcuse să-mi pierd toate iluziile despre iubire. Parcă mi-aș fi jurat să nu mai fiu niciodată fidel unei femei. De altfel, în felul ăsta mă simțeam mai liber în relații în care nu iubeam decît pe jumătate. Aveam un fel de detașare ce mă ferea de gelozie.

Regret profund suferința pe care le-am provocat-o partenerelor mele. Cu toate astea, nu mă simt strivit de culpabilitate. Istoria asta îmi aparține și îmi permite azi să întrevăd o noțiune de angajare lipsită de orice rigiditate morală impusă din afară. Cînd inima este atinsă, ea își regăsește singură integritatea. Știu că n-aș mai putea accepta o parteneră cu o concepție prea îngustă despre libertate. Am nevoie de un cuplu deschis, în care fiecare partener să fie suficient de implicat în procesul lui personal pentru a înțelege că infidelitatea, mai întîi de toate, îl pune pe cel care o comite față în față cu sine.

Evident, chestiunea autonomiei sexuale trebuie discutată în lumina nevoilor de securitate afectivă ale fiecăruia. Dar ea nu e lipsită de interes, măcar pentru că aduce în discuție un alt subiect direct legat, după părerea mea, de rolul eliberator al relației de cuplu: prietenia dintre cei doi parteneri.

Prietenia în iubire. Cîte cupluri pot spune sincer că iubirea lor e dublată de prietenie? Fuziunea identităților în cuplu face să nu putem auzi de la partener nici un sfert din cîte ne-ar povesti un prieten sau o prietenă. Nu-i judecăm pe prietenii noștri, dar ne judecăm partenerii, căci ne identificăm cu ei. Ei sînt « noi ». Totuși, unul din factorii care contribuie cel mai mult la crearea intimității autentice este prietenia. Ea ne permite să-l percepem pe celălalt și să-l înțelegem în existența lui individuală, cu istoria și cu mizele ei, altele decît ale noastre. Prietenia permite respirația cuplului, ea reprezintă o temelie mai solidă decît sexualitatea pentru a

construi o relație de lungă durată. Ea se sprijină pe comunicarea adevărată, care la rîndul ei se sprijină pe cuvinte care exprimă sentimente. Într-o prietenie totul poate fi spus și totul poate fi acceptat fără să ne blamăm prietenul. Puține cupluri izbutesc să ajungă la o asemenea înțelegere. Dar cei care izbutesc poartă o aură de creativitate și de iubire autentică.
Prietenia în iubire este dificilă pentru că obligă la un adevărat efort de detașare. Nu o detașare stoică, sfîrșind în indiferență, ci o atitudine de toleranță care-i permite celuilalt să rămînă ceea ce este. Nu mai dorim atunci să controlăm tot ce ne deranjează la partener. Admitem că e vorba de elemente ale propriei noastre personalități, care, deși sînt stimulate de prezența lui, nu-i pot fi imputate. Chiar fără a-l judeca, e totuși posibil să considerăm că pentru moment ceea ce el provoacă în noi ne este de neîndurat. În asemenea cazuri, e poate mai bine să meargă fiecare pe calea lui.

Fericirea insuportabilă

Fiecare dificultate din viața de cuplu ne pune în fața unor întrebări esențiale: Credem într-adevăr că fericirea individuală este posibilă și că o merităm ? Credem că fericirea în doi e cu putință ? Dorim cu adevărat pacea, și nu războiul ? Căutăm noi oare fericirea și iubirea ? – Așa pretindem, dar în fapt ne temem de ele mai tare ca de orice. Cîți oameni pot suporta mai mult de două–trei zile de fericire deplină ? De pildă, cele mai multe cupluri pleacă în vacanță cu surîsul pe buze – dacă nu cumva s-au certat făcînd valizele, o formă « clasică » de respingere a fericirii –, dar se întorc tăcuți și morocănoși. După două–trei zile de viață senzuală și paradiziacă, pur și simplu unul din ei se scoală într-o dimineață cu fața la cearșaf, așa, fără motiv precis: fericirea devenise insuportabilă. Sau imaginează-ți că vii de la serviciu obosit și că partenera a pregătit o cină la lumînări... Ce plăcere! Cîtă grijă și delicatețe! Dar

dacă în seara următoare lumînările sînt iarăși pe masă, începi să-ți pui întrebări și te gîndești că ceva e suspect. A treia seară, situația devine insuportabilă. Va trebui să rupi cu această atmosferă prea romantică. Unul din voi va răsturna paharul de vin, friptura se va face scrum sau va izbucni o ceartă dintr-un fleac.

Fericirea este insuportabilă. Am învățat s-o visăm, dar n-am învățat s-o trăim. Nu știm să cultivăm energiile pozitive, habar n-avem ce atitudini le stimulează. O dată ieșiți din copilărie, cei mai mulți dintre noi uită că sîntem pe pămînt pentru a ne bucura și a celebra viața. Parcă am fi adoptat deviza: « Cu cît mai rău, cu atît mai bine. » Nefericirea ne dă, pesemne, senzația că existăm. Nefericirea e palpitantă, intensă! A rezolva o situație dificilă, a ne recuceri partenerul sau a face pe eroul pentru a depăși o criză este incitant. Cînd sîntem nefericiți, sîntem centrați pe noi înșine, pe viața noastră, existăm.

Dimpotrivă, ideea noastră despre fericire e foarte statică: să stai pe un norișor contemplîndu-l pe Dumnezeu la nesfîrșit. Să faci pe îngerul și să te mulțumești cu miresme de tămîie. O astfel de idee contrazice viața. S-a spus chiar că oamenii fericiți nu au istorie: dar cine dorește să n-aibă istorie? Asociem frecvent fericirea cu asceza și cu rigiditatea. E o idee lipsită de forța emoției și a creativității – or, omul e în primul rînd emoție și creativitate. Pentru a cunoaște o fericire deplină și vie, trebuie să ștergem praful de pe aceste noțiuni descărnate. Ideii de fericire statică și călduță trebuie să-i opunem ideea unei bucurii palpitante ce exploatează toate resursele ființei umane.

Sîntem pe pămînt ca să fim fericiți – prin simțuri și prin toate posibilitățile minții și trupului omenesc. Dacă n-ar fi așa, am fi îngeri. Acum, cînd criza cuplului a spulberat aproape toate motivele de a fi împreună, singura motivație reală a vieții în doi e căutarea armoniei în bucurie.

Contractul de căsătorie psihologic

O opțiune conștientă

Astăzi, cînd cultura noastră e pe cale să se năruie, trebuie să coborîm tot mai adînc în noi înșine pentru a găsi o bază solidă. Ea nu mai poate fi asigurată de un contract de căsătorie religios sau civil. Aceste contracte trebuie să-și găsească un echivalent psihologic. Am putea încheia un contract de încredere reciprocă, în care fiecare să enunțe principiile la care ține, căzîndu-se la înțelegere în privința teritoriului împărțit; un cuplu are tot interesul să formuleze un asemenea contract intim, să-l negocieze și să-l reînnoiască la nevoie. Noi însă preferăm să credem că totul merge de la sine, pentru că e mai simplu așa. Nu sîntem obișnuiți să negociem cu sinceritate și realism ceea ce ține de lumea noastră interioară. Nu sîntem obișnuiți să discutăm orice și să hotărîm împreună cadrul dorit al vieții noastre comune. Bunăoară, există între noi suficientă intimitate ca să nu ne fondăm cuplul pe posesivitate ? Care sînt nevoile de timp privat ale fiecăruia ? Cum organizăm acest timp ? Cum rezolvăm inevitabilele situații conflictuale ? E necesar să discutăm sincer toate aceste chestiuni și multe altele, căci o relație eliberatoare se sprijină pe o opțiune de viață conștientă.

Trebuie de asemenea să devenim conștienți că o relație există cu dinamica ei proprie, care-i conține pe ambii parteneri. Relația reprezintă un terț simbolic, a cărui realitate e bine să fie luată în seamă. Cînd sîntem îndrăgostiți, nu ne deranjează să ducem gunoiul ori să facem piața. În schimb, cînd trăim o situație tensionată, aceste gesturi devin o problemă: atunci nu mai vrem să facem nimic pentru partener și angajăm cu el o luptă pentru putere. Dacă am elaborat însă împreună ideea noastră

despre cuplu și ne simțim bine în el, ne este mai ușor să participăm la treburile comune. Atunci un individ nu mai duce gunoiul pentru celălalt, ci pentru cuplu, pentru « noi ». Dacă renunță la micile aventuri, n-o mai face pentru a-i fi pe plac partenerului, ci pentru a consolida legătura.

După părerea mea, atîta timp cît nu s-au făcut asemenea înțelegeri, cuplul nu s-a format și încă nu există cu adevărat. Idealul enunțat și împărtășit permite crearea unei ierarhii de valori comune. În situațiile dificile, aceste valori funcționează ca niște arbitri și ne permit să cedăm în luptele pentru putere fără a ne pierde complet prestigiul. E mai ușor să admitem că am greșit în raport cu o valoare comună decît să recunoaștem că am greșit față de celălalt.

Cuplul visat

A visa împreună la ceea ce ni se pare a fi cuplul ideal – iată alt element important în stabilirea parametrilor și valorilor comune. În atelierele avînd drept temă intimitatea de cuplu, pe care le-am organizat cu Danièle Morneau la Montréal, obișnuiam să propunem exercițiul următor. Asociam persoane care nu se cunoșteau între ele în cupluri fictive. În primele patruzeci de minute, fiecare participant spunea cum vede el situația ideală, după care fiecare cuplu negocia. În altă perioadă de patruzeci de minute, partenerii planificau un concediu ideal în cele mai mici amănunte. Exercițiul lua o întorsătură dramatică în momentul în care unul din membrii cuplului îi anunța celuilalt hotărîrea de a divorța.

Această psihodramă simplă reactiva traume foarte adînci. Lucrul cel mai surprinzător era să vezi cît de mult țineau niște persoane care se cunoșteau abia de o oră și jumătate la cuplul lor. De fiecare dată, puteam să constat forța visului împărtășit. Mă întrebam ce-ar deveni intimitatea noastră dacă fiecare cuplu și-ar da osteneala să

imagineze liber o situație ideală, angajîndu-se apoi s-o concretizeze măcar în parte. E limpede, nu folosim îndeajuns puterea visului. Ar trebui să-i imităm pe politicieni sau pe oamenii de afaceri, aflați mereu în căutarea unei « viziuni », cum spun ei, care să le orienteze acțiunile. Ca să existe intimitate, e nevoie ca fiecare partener să-i împărtășească celuilalt viziunea sa. Dacă armonizarea acestor viziuni reușește, cuplul va întîmpina mai puține obstacole în dezvoltarea lui. În orice caz, totul evoluează în funcție de idealul pe care fiecare îl purtăm în noi. De ce nu l-am discuta pe față, de vreme ce el servește oricum drept arbitru inconștient?

Importanța jocului și a senzualității

În cursul atelierelor mele, am remarcat de asemenea că, pentru a reuși să părăsim spațiul mental din care provin aprecierile și etichetele pe care le aplicăm celorlalți și nouă înșine, foarte adesea trebuie implicată dimensiunea corporală. Pentru asta, folosesc tot felul de tehnici, care merg de la dans la « atingerea afectivă ». Aceasta din urmă mi se pare deosebit de eficientă și se poate aplica foarte bine la viața în doi. Trebuie pur și simplu să-l atingem pe celălalt, cu toate sinceritatea și bunăvoința de care sîntem capabili. Partenerul intră atunci în stare de receptivitate, iar noi îi transmitem un simplu sentiment de prezență. Exercițiul poate dura cîteva minute sau se poate prelungi. Nu este vorba de un masaj, ci de o solicitudine tăcută care trece prin mîini, avînd în general efectul de a-i liniști pe parteneri. Se poate crea astfel un climat de încredere și iubire în afara sexualității active.

Aceste noi atitudini față de corp sînt absolut necesare, pentru că toate tensiunile și rezistențele noastre sînt îngropate în el. Lucru valabil mai ales pentru bărbați, a căror structură corporală e adesea rigidă. În copilărie ni s-a spus mereu că nu trebuie să părem prea sensibili sau senzuali pentru că asta ne dă un aer efeminat.

Trebuie să învățăm să detensionăm această rigiditate defensivă.

Pentru a ne împlini în cuplu prin mijlocirea corpului, trebuie de asemenea să abandonăm credința că sexualitatea îndepărtează de Dumnezeu. În religiile patriarhale tradiționale, preoții și călugărițele se împlinesc și trăiesc în preajma divinului. Sexualitatea și cuplul sînt concepute ca un fel de slăbiciune a celor incapabili să se abțină. Isus, la fel ca majoritatea marilor maeștri spirituali, nu are viață sexuală, iar grupul lui este exclusiv masculin. Sfîrșim prin a ne rușina de tot ce-i omenesc în noi. Uneori mă gîndesc că dacă s-ar fi culcat cu Maria-Magdalena și dacă nu s-ar fi fost născut din fecioară, totul ar fi fost mult mai simplu! Chiar și spiritualitatea modernă ne îndeamnă la o comuniune abstractă cu universul într-un soi de fuziune cu sinele cosmic, refulîndu-ne nevoile sexuale de bărbat sau de femeie. Totuși, dorința există. Heterosexuali sau homosexuali, bărbații și femeile sînt atrași unii de alții. Existența acestei atracții e însăși esența misterului iubirii care ne împinge în aventura vieții. Trebuie deci să ne punem problema unei schimbări de concepție radicale și să începem să credem că oamenii pot foarte bine să se apropie de Dumnezeu celebrînd corpul și sexualitatea. Refuzul sexualității trădează o ură ascunsă față de viață și o percepție mărginită a existenței pămîntești. Oricum, cît timp sexul rămîne un punct de atracție, cred că el trebuie trăit și folosit ca o punte spre bucurie. Nu sexul este rău, ci ceea ce facem noi din el.



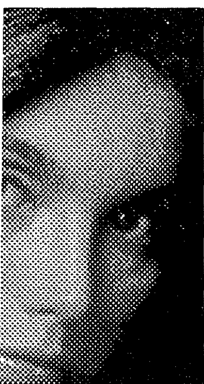
Intimitatea cu sine

Retragerea proiecțiilor • Confruntarea cu umbra • Pacea sufletului și bucuria inimii

6

CAPITOLUL

Intimitatea reușită începe cu sine



Am spus în introducere că nu cunosc altă cale pentru a ieși din bătălia iubirii decît aceea de a ne explora cu tenacitate ființa lăuntrică. E singurul lucru pe vi-l pot propune și acum, la capătul acestui periplu. Sîntem în fața unei opțiuni: ori tot ce trăim și vedem are într-adevăr un sens, ori e vorba de o comedie absurdă; ori toate aceste dificultăți reflectă dimensiuni necunoscute ale ființei noastre, ori viața este o loterie la care am tras numărul necîștigător, adică partenerul nepotrivit. În ce mă privește, cred că repetițiile pe care le observăm nu țin deloc de întîmplare, ci dimpotrivă, dezvăluie dimensiunile ascunse ale ființei noastre, pe care trebuie să le cunoaștem nu numai ca să le analizăm, dar și ca să le depășim. Cu alte cuvinte, intimitatea cu celălalt ne trimite la noi înșine, iar intimitatea cu noi înșine ne permite să înaintăm în intimitatea

cu celălalt. Este mișcarea de du-te–vino a iubirii. Cel mai adesea ne mărginim la polul întîlnirii cu celălalt, fără să ne mai aplecăm asupra propriei ființe. Această atitudine ne lasă dezarmați în fața evenimentelor și ne condamnă la așteptare și la dependență. E drept că, la polul opus, există oameni care se mărginesc la intimitatea cu ei înșiși, neglijînd raporturile cu ceilalți: o atitudine oarecum rece, care poate și ea să ducă la fundătura uscăciunii lăuntrice.

Intimitatea cu celălalt se sprijină pe o capacitate de interiorizare personală. Iar actuala criză a cuplului ne conduce inevitabil către această conștientizare. Atunci cînd banii, copiii și aprecierile celuilalt nu mai reprezintă motive suficiente pentru a rămîne împreună, evoluția personală poate deveni factorul care-i permite relației să reziste.

Miza intimității e așadar un îndemn la autoperfecționare. Acest îndemn ne cere să răspundem prin forțe proprii la nevoile afective stimulate de conflictele cuplului, în loc să așteptăm s-o facă partenerul. Nu-i puțin lucru să alegem ceea ce e bun pentru noi, lăsînd deoparte ceea ce ne face să suferim și ne degradează. Căci simțim o adevărată atracție pentru tot ce ne distruge. La fel, preferăm să ne legănăm în iluzia că o iubire fantastică va veni să schimbe totul, astfel încît nu va mai trebui să ne luăm soarta în propriile mîini. Și totuși, puțină iubire de sine acordată zilnic ne poate îmbunătăți miraculos atmosfera lăuntrică. Un pic de grijă pentru noi înșine, pentru necazurile, pentru tristețile noastre, acordată cu bunăvoință și fără autoacuzații poate aduce schimbări importante. Învățînd să ne acordăm nouă înșine un pic din solicitudinea pe care o rezervăm ființei iubite, ne putem vindeca sufletul. Această compasiune este secretul respectului de sine și germenul prețuirii de sine.

Într-adevăr, nu putem iubi dacă nu ne iubim pe noi înșine. Să te iubești pe tine însuți înseamnă să fii bun cu

tine și să-ți dai o șansă în loc să te tratezi cu o exigență inumană. Înseamnă mai ales să treci de la stadiul de copil, căruia totul i se întîmplă din întîmplare, la stadiul de adult, responsabil pentru stările sale lăuntrice. Să te iubești pe tine însuți înseamnă de asemenea să înțelegi că, pentru a reuși să-ți oferi ceea ce e bun pentru tine, trebuie să cultivi în tine bunătatea. Căci, pentru a refuza fascinația partenerilor care ne dăunează și care ne fac să repetăm trecutul, trebuie să cunoaștem o altă atracție, aceea a păcii și a bucuriei interioare.

Să te iubești pe tine însuți înseamnă să trăiești iubind ceea ce ți-a fost dat, și nu căutînd ceea ce-ți lipsește. Înseamnă să cultivi o relație cu ceea ce misticismul sufit numește *Iubitul lăuntric*. Cînd iubirea e în noi, și nu doar în exterior, cînd ne-am asumat răspunderea pentru propriile noastre nevoi, încetăm să fim victime. Înțelegem atunci că iubirea pe care o căutăm se află peste tot, în noi și în jurul nostru, și că, în consecință, nu o putem pierde. Pretutindeni, totul e numai iubire. Trebuie doar s-o recunoaștem în cele mai mici detalii și s-o primim. Nu e nevoie să fim perfecți sau imperfecți, nici să așteptăm pînă realizăm un lucru sau altul. Iubirea este chiar aici! Ne așteaptă neîncetat. E suficient s-o culegem.

Sensul dificultăților

Să judecăm orice relație în funcție de trăirile lăuntrice pe care ni le provoacă și să decidem dacă vrem s-o menținem sau nu – iată alt mod de a ne purta de grijă. Ajungem atunci să rupem unele legături sau să constatăm că relații evident negative continuă să ne țină legați pentru că ruptura ar provoca o durere prea vie. Trebuie să ne iertăm nouă înșine asemenea dependențe și să le trăim pe deplin conștient, pentru a dobîndi o cunoaștere emoțională și înțelepciunea experienței. Rupturile prea dure nu fac decît să amîne explorarea acestei zone sumbre. Pentru a învăța ceva despre sine și despre

lume trebuie să trecem nu pe deasupra dificultăților, ci de-a dreptul prin ele.

Dificultatea de a rupe cu o ființă care ne trage în jos este o manifestare a iubirii romantice; în miezul ei se află ura de sine. Magia libertății individuale ne va face să ne complăcem la nesfîrșit într-o asemenea relație, fără ca nimeni să ne oprească. Oricum, cît timp ne apasă amărăciunea, riscăm să întoarcem împotriva noastră orice relație. Ne putem chiar întreba dacă e de dorit, într-un asemenea context, să întîlnim iubirea ideală: datorită ei, vom întîrzia să devenim conștienți de mizeria noastră lăuntrică și vom trăi în iluzia iubirii regăsite, cînd de fapt n-am făcut nimic în mod conștient și nici n-am optat pentru deschidere și bucurie.

În fapt, din punct de vedere terapeutic, putem spune că dificultățile – suferințe psihologice, accidente sau boli – ne ajută să înțelegem lumea și să ne înțelegem pe noi. Ele nu sînt lipsite de sens. Ele ne duc spre noi înșine. Acceptîndu-le fără rezerve, le dăm posibilitatea de a se articula în noi și de a-și transmite prețiosul mesaj. Altminteri se vor repeta iar și iar, pînă ce vom avea înțelepciunea să le acordăm suficientă atenție. Am putea adăuga că, văzute din această perspectivă, relațiile cele mai dificile, din clipa în care devin conștiente, par să fie și cele mai fertile. Ele obligă ființa la un imens efort de deschidere, care o face să se recunoască pe deplin chiar într-un partener ce-i displace. Adevărata rațiune de a ne împărți viața cu cineva pare să fie stimularea reciprocă pentru a elibera creativitatea fiecăruia. Dar, pentru a ajunge la această creativitate, protagoniștii unui cuplu trebuie să accepte din capul locului că ceea ce ei consideră « pozitiv » sau « negativ » nu prea contează aici. Viața ne stimulează pentru viață cu mîngîieri sau cu ghionți. Fiecare e liber să judece dacă ceea ce simte e suportabil sau nu.

În final, trebuie să admitem că pentru a ajunge să nu mai trăim în suferință, ci în bucurie, e nevoie, de regulă,

să fi suferit mult. Înțelepciunea cere să acceptăm viața așa cum e, fără s-o judecăm. În general, ajungem la înțelepciune repetînd pînă la saturație aceleași scheme limitative. Dar dificultățile vieții în doi, stimulînd autocunoașterea, deschid calea unei comuniuni mai strînse cu universul și cu chemarea vieții pe care fiecare o poartă în el. Această comuniune, suferința ca și extazul ne-o dezvăluie la fel de bine. Se pare că pentru viață toate mijloacele sînt bune ca să ne trezească și să ne facă să descoperim identitatea noastră fundamentală.

Asta nu înseamnă că, atunci cînd situația este blocată, iar schimbul creator nu mai are loc, n-ar trebui ca fiecare să-și vadă de drumul lui. În general însă, e bine să amînăm ruptura pînă ce dobîndim suficientă detașare ca să ne separăm fără a-l acuza pe partener de toate relele. Analizînd cu atenție, dar cu toleranță o situație critică, vom înțelege dimensiunea interioară care ne-a adus în acea situație și nu vom mai repeta aceeași greșeală în viitor.

Retragerea proiecțiilor

Trecerea unui om de la poziția de victimă la perceperea concretă a felului în care își creează singur destinul este revoluția cea mai profundă care se poate petrece în viața sa. Această adevărată trecere inițiatică e comparabilă cu trecerea de la copilărie la vîrsta adultă; în mod paradoxal, deși ne cere să renunțăm la copilărie, ea face posibil un autentic spirit de joc, de libertate și dezinvoltură. Devenind conștienți de necesitatea de a ne lua soarta în mîini pentru că iubirea nu ne poate salva, vom înceta să-i cerem celuilalt să se conformeze imaginii ideale de bărbat sau de femeie pe care o purtăm în noi. Aceste proiecții ale animusului și animei vor trebui retrase. Retragerea proiecțiilor e singurul mod de a ne recupera puterea personală și de a ne regăsi ființa fundamentală.[39] Altminteri, nu-l vedem pe celălalt așa cum este el, ci îl vedem cum sîntem noi. Cu alte cuvinte,

tot ce recunoaştem în el se dovedeşte a fi o parte din noi înşine. Evident, cel mai adesea celălalt trebuie să posede, ca să spun aşa, un « cîrlig psihologic » de care să putem agăţa proiecţia. Dar, ca să recunoaştem o trăsătură de caracter la cineva, trebuie mai întîi s-o posedăm noi înşine.

Pentru a ilustra jocul proiecţiilor în cuplu, voi folosi exemplul următor. *Ea* îl crede pe *El* un infirm în ce priveşte exprimarea sentimentelor. Suferă din cauza tăcerii lui şi-l face vinovat de deteriorarea relaţiei lor. Prima ei atitudine este acuzatoare. *Ea* rămîne în proiecţie activă, fără să-şi fi făcut propriul examen de conştiinţă.

Retragerea acestei proiecţii va cunoaşte mai multe etape. Într-o primă etapă, *Ea* va constata că are o contribuţie semnificativă la dinamica acestei situaţii. De exemplu, acceptă ceea ce-i spune partenerul atunci cînd acesta îşi exprimă sentimentele? Nu cumva se grăbeşte să-l judece fără să-l lase niciodată să-şi exprime emoţia pînă la capăt? În a doua etapă, *Ea* îşi va descoperi propria infirmitate în ce priveşte exprimarea sentimentelor. Va constata atunci că, în anumite cazuri sau în legătură cu anumite sentimente, propriul ei handicap e foarte grav. Constatarea unei traume similare în ea însăşi îi va permite să arunce o punte spre *El* şi să găsească o bază de înţelegere. În a treia etapă, *Ea* înţelege că viziunea ei despre lucruri e preconstruită de o realitate anterioară. Devine atunci conştientă de ceea ce se află în spatele iritării ei. Dacă, fetiţă fiind, se simţea vinovată de tăcerile tatălui şi se temea de furiile lui, e foarte posibil ca aceeaşi schemă să se repete în situaţia pe care-o trăieşte cu *El*. În loc să-l acuze prosteşte, ar putea să-i mărturisească tulburarea ei lăuntrică. Ar putea să-i spună: « Cînd eşti atît de tăcut, mă simt ca o fetiţă în faţa tatălui şi mă tem de reacţiile tale. » Mărturisirea trăirii afective deschide comunicarea cu partenerul în loc să-i declanşeze acestuia mecanismele de apărare, efect pe

care-l are întotdeauna acuzarea. Astfel, *El* va putea înțelege ce trăiește *Ea* lăuntric. *Ea* poate să-i vorbească despre nevoia de securitate afectivă pe care o simte. Poate chiar să adauge o cerere de genul: « Aș vrea să mă liniștești, spunîndu-mi cum trăiești tu acum relația noastră și de ce comunicarea cu mine este atît de dificilă. »

Etapele de mai sus rezumă procesul de comunicare nonviolentă elaborat de psihologul Marshall Rosenberg. Chiar dacă ele nu însoțesc obligatoriu orice retragere a proiecțiilor, a-i comunica partenerului lucrurile de care devenim conștienți într-o relație reprezintă un mare avantaj. Vindecarea de aici vine. Sîntem în esență ființe ale comunicării; asta înseamnă că tot ce acționează asupra noastră trebuie transformat și redat, sub această formă modificată, celorlalți. Exprimarea permite energiei să circule și procesului să continue. Comunicarea cuiva mă provoacă, eu reacționez, interpretez conținutul ei și i-l întorc sub altă formă, ceea ce-l stimulează ș.a.m.d. Tot ce ni se întîmplă sau ne este comunicat acționează asupra noastră pentru ca noi să-l putem transforma exprimîndu-ne. Astfel viața stimulează viața și oamenii devin ei înșiși. Nu intensitatea unui stimul îmbolnăvește, ci incapacitatea de a-l transforma printr-o creație oarecare. Cînd o nevoie rămîne frustrată, cînd un afect rămîne blocat, fluxul vital se retrage în interior și începe să stagneze. Boala fizică sau psihologică nu e departe.

La limită, mai important e ca afectele să circule decît să rezolvăm problemele. Chiar și eliberarea rudimentară și impulsivă a unui afect, fără un efort de transformare, e mai sănătoasă decît inhibarea lui. Desigur, reacțiile noastre la stimuli pot deveni mai conștiente, permițîndu-ne să ne stăpînim din ce în ce mai bine destinul. Pentru aceasta, retragerea proiecțiilor și împărtășirea descoperirilor noastre prin comunicare rămîn instrumente privilegiate.

Într-o primă fază, *Ea* poate observa un comportament fără să-l judece (tăcerea *Lui*). Într-o a doua fază, *Ea* trebuie să vadă ce reacții (teamă, insecuritate) îi provoacă acest comportament la nivelul sentimentelor. Apoi, ciupind, ca să spun așa, coarda afectivă, ea poate, într-o a treia fază, să-și descopere nevoia fundamentală (securitatea) frustrată de atitudinea *Lui*. În final, îi poate adresa o cerere adecvată partenerului, rugîndu-l să-i satisfacă nevoia respectivă. Așadar, a observa fără a judeca, a simți, a identifica nevoia frustrată și a formula o cerere realistă rezumă pe scurt un proces care în practică cere multă abilitate. Evident, procesul e același și pentru *El*.

Sînt lucruri ce par simple în teorie, dar pe terenul relației practice devin încercări aproape insurmontabile. Tuturor ne displace, mai mult sau mai puțin, acest efort de retragere a proiecțiilor care scoate la iveală, inevitabil, vulnerabilitatea noastră. Să colaborăm sau să ne întrajutorăm în loc să cădem în egoismul devizei « fiecare pentru sine » și în dispute permanente – iată miza unei intimități ce rămîne să fie realizată. Principiul de bază al unei asemenea colaborări e totuși ușor de formulat: fiecare partener este sută la sută responsabil pentru tot ce se întîmplă în cuplu (această formulare reia pe terenul cuplului principiul de *responsabilitate globală* propovăduit de budismul tibetan).

Confruntarea cu umbra

E cît se poate de dificil să ne asumăm partea de umbră a tuturor celor care, fără să știe, ne-au făcut rău. Dar acceptînd să-l recunoștem pe tiranul, pe mincinosul, pe trădătorul sau pe ipocritul care poate sălășlui în noi, vom controla aceste forme de exprimare în loc să fim victima lor cînd sînt întrupate de alții. Celălalt simbolizează adesea o parte a noastră pe care o ignorăm și, cît timp această parte nu va fi recunoscută, vom rămîne legați de el. Recunoașterea umbrei din noi deschide

calea iertării și a compasiunii. Iertarea și compasiunea devin posibile abia cînd admitem că celălalt, cu slăbiciunea și cu răutatea lui, ne seamănă.

Această întîlnire cu umbra, Jung o numea *confruntare*, pentru a sublinia cît este de dificilă. Adevărata libertate nu se cîștigă însă decît cu prețul acesta. Cînd cineva și-a eliberat familia, partenerii și prietenii de povara slăbiciunilor lor, cînd și-a limpezit natura diferitelor sale relații, el se simte ușurat. De ce fugim de integrarea umbrei? Pentru că vine să risipească iluzia, pe care-o construim zi de zi, a perfecțiunii noastre și a inocenței fiecăruia din gesturile pe care le facem. Asumarea umbrei nu duce totuși la o poziție resemnată și depresivă. Ea permite introducerea unei posibilități de opțiune acolo unde nu exista nici una, de vreme ce ceilalți aveau puterea să ne facă rău, iar noi nu puteam face nimic contra lor. Cînd un om își descoperă această putere, el are posibilitatea să se comporte altfel. În loc să adopte tactica struțului și să se plîngă de loviturile soartei, făcînd totul pentru a ignora că este artizanul propriei sale nefericiri, poate începe un dialog cu această umbră care-l însoțește.

Ce pornire irezistibilă ne împinge să avem o atitudine negativă în anumite situații? Care ne sînt motivațiile? Dar dorințele și invidiile ascunse? De ce avem tendința să ne comportăm astfel încît lucrurile să se întoarcă împotriva noastră? Cine-i acest personaj interior care preferă să nu se rezolve nimic? Cine se bucură de supărarea noastră? Cine e cel care preferă războiul? De ce-i place să tranșeze conflictele prin acțiuni strălucite ce-l umilesc pe celălalt, distrugînd șansa oricărei relații? Sînt tot atîtea întrebări ce duc direct la întîlnirea cu umbra.

Perceperea acestui personaj obscur, implicat în fiecare situație conflictuală din viața noastră, ne va convinge repede că nici disputele cu partenerul, nici războaiele din lume nu-și au cauza exclusiv în afara noastră. O aseme-

nea concluzie displace, căci provoacă deplasarea conflictului din exterior spre interior. Negativitatea unei partenere, pe care o subliniem zilnic, ar putea atunci să devină lupta împotriva propriei noastre negativități; era mai comod s-o proiectăm în ea decît s-o înfruntăm în noi înșine. Găsirea unui țap ispășitor pentru a-i pune în cîrcă povara greșelilor noastre este, de altminteri, o funcție psihologică principală a cuplului tradițional. Nu rezolvăm nimic acuzînd, dar, într-un fel, ne face bine! În fapt, în viața de toate zilele, partenerul servește mai ales drept țap ispășitor. În plan colectiv, îi avem pe comuniști, pe islamiști, pe femei, pe bărbați etc., dar în plan personal nu avem pe nimeni ca să ne descărcăm. Partenerul intim joacă acest rol de minune, mai ales că o relație îndelungată nu poate să nu dezvăluie defectele pe care întotdeauna le vedem mai bine la vecin decît la noi înșine.

Așa cum am mai spus, umbra nu are doar părți negative. Proiectăm și unele din aspectele noastre pozitive, dar mai puțin dezvoltate. Ele ne leagă de parteneri la fel de mult ca aspectele negative. Trebuie să le asumăm și pe ele pentru a rupe legăturile care ne fac să suferim. O persoană absolut convinsă că e proastă se poate totuși îndrăgosti de una foarte înzestrată intelectual. Dacă ajung la separare, va avea impresia că i se smulge o parte din ea însăși, că este pur și simplu mutilată. În plan psihologic, chiar asta se întîmplă. Atîta timp cît nu va face nimic ca să-și dezvolte activ partea intelectuală, ea o va proiecta asupra altora și va repeta același gen de atașament.

Integrarea umbrei ne face receptivi la universalitate. Acceptînd lăuntric ceea ce consider că e negativ în mine, pot accepta ceea ce mi se pare rău din univers. Fără acest travaliu de conștientizare, nu voi putea ajunge niciodată la Unitate, căci viziunea mea despre univers exclude întotdeauna o jumătate din el și mă silește s-o uit pentru a cîștiga puțină pace. Integrarea umbrei este

mai eficace. Rezolvîndu-mi conflictele interioare dintre « cel bun » și « cel rău », devin unit în mine însumi și, fără a mai fi dezbinat, pot deveni Unul cu cosmosul. Constat încetul cu încetul că nu e nimic de schimbat. Forțele distrugerii servesc la fel de bine înnoirii vieții ca și forțele creației. Dansul vieții este perfect, nu trebuie eliminat nimic din el. O bucurie concretă inundă atunci ființa. Mai întîi ca mici influxuri, a căror frecvență și intensitate cresc pe măsură ce devenim conștienți de proces, pînă ce individul ajunge la o pace durabilă. Nu e o pace mentală artificială dobîndită prin renunțări, ci dimpotrivă, un dinamism născut din acceptarea totală a vieții.

Pacea sufletului și bucuria inimii

Comuniunea cu această bucurie cere să fim liberi în raport cu relațiile pe care le-am stabilit în viață, cu *toate* relațiile și în special cu cele care au rămas incomplete și neclare. Pentru a fi liberi, va trebui să reconsiderăm fiecare relație, adică să ne întoarcem voluntar în trecut, lăsînd să urce spontan la suprafață toate amintirile. Vom încerca să descîlcim tot ce a rămas încurcat în aceste relații: vom scrie, poate, cîteva scrisori, vom da niște telefoane, vom fixa întîlniri, vom purta anumite discuții esențiale; pacea sufletească se cîștigă numai cu acest preț.

Nu trebuie să uităm nimic. Trebuie să trecem în revistă, una cîte una, toate legăturile noastre. Trebuie să examinăm toate resentimentele care ne obsedează și să facem tot ce ni se pare potrivit pentru a domoli zbuciumul lăuntric. Uneori e suficientă o hotărîre personală ce nu-l implică pe celălalt, alteori trebuie să reluăm legătura cu un fost partener pentru a rezolva concret conflicte rămase în suspensie. Această analiză permite reconcilierea cu tot ce s-a petrecut în viața noastră. Ne permite să facem pace cu părinții, cu accidentele de parcurs, cu situațiile dificile și cu relațiile zbuciumate.

Ne permite să evaluăm cum au contribuit toate acestea la ceea ce sîntem. Și ne permite să devenim conștienți în ce măsură totul e opera noastră.
Făcînd o asemenea analiză, am putut constata, de pildă, că unele dintre partenerele mele aveau o reală dificultate de exprimare – care, din punctul meu de vedere, ne-a distrus viața de cuplu. Aceeași dificultate de a exprima emoțiile profunde o regăsesc însă și la mine. Opțiunile mele amoroase mi-au permis mulți ani să eludez propria-mi incapacitate, făcîndu-le pe partenere vinovate pentru necazurile mele. Asta pînă cînd suferința rupturilor m-a ajutat să regăsesc firul propriei mele evoluții, nu doar pentru a înțelege, dar și pentru a trece la acțiune la nivelul exprimării. Mi-am închis cabinetul. Am început să scriu, să țin conferințe, m-am apucat iarăși de muzică și de poezie. De atunci, viața mi se pare mai intensă și mai fericită.
E doar un simplu exemplu. Ce trebuie să rețineți este că trecînd în revistă culpabilitățile, resentimentele, atașamentele și acuzațiile începem să înțelegem și ne ușurăm. Pe măsură ce abandonăm crîmpeie din noi înșine, devenim mai ușori, iar bucuria sufletului înflorește tot mai mult în prezent.
Scopul exercițiului este să ne facă să trăim în real; să fim *aici și acum*, cum bine spune o expresie compromisă. Nu putem comunica nici cu noi înșine, nici cu ceilalți și nici cu lumea dacă sîntem sfîșiați lăuntric de relații nerezolvate. Trebuie să le rezolvăm și să le încheiem pe toate. Fără acest efort, fericirea rămîne un accident de parcurs. Ea nu se înrădăcinează adînc în ființă, iar aceasta poate fi măturată de cea mai mică lovitură a sorții.

Calea este bucuria

Într-o lume care se schimbă atît de repede, singura soluție e să ne regăsim înlăuntrul nostru, unde schimbările sînt mai puțin rapide. Confruntați cu atîtea schimbări

și cu atîta instabilitate, trebuie să căutăm și să cultivăm în noi ceea ce dăinuie, ceea ce este permanent.
Viața noastră începe și se termină cu simpla bucurie de a exista. Trebuie așadar să cultivăm în fiecare zi bucuria aceasta în modul cel mai simplu, acceptînd să ne orientăm opțiunile în funcție de ceea ce ne menține vii. Dacă un om ar îndrăzni să aplice acest barem, în viața lui s-ar produce o epurare incredibilă – și bineînțeles dureroasă, căci ar trebui să renunțe la multe obișnuințe, responsabilități și rutine. Cînd evaluez fiecare lucru pe care-l fac întrebîndu-mă dacă-mi sporește sau îmi micșorează bucuria de a trăi, îmi dau seama că posed un etalon pentru a începe să acționez în direcția unei schimbări pozitive.
Privim iubirea ca pe o întîmplare fericită care ar trebui să ni se întîmple: seamănă cu o loterie. Dar puțini oameni cîștigă la loterie. Soluția nu se află aici. Trebuie mai curînd să cultivăm iubirea în sine, independent de condițiile cuplului, pentru a fi capabili să-i oferim ceva relației noastre și s-o salvăm în loc să-i cerem mereu cîte ceva. Orice relație depinde de ceea ce e dispus fiecare să investească pentru a o menține. Calitatea energiilor investite în ea contează enorm. Dacă îi oferim cuplului doar energii epuizate, nu vom primi în schimb decît oboseală și enervare.
A trece de la o lume în care sînt totul pentru celălalt și celălalt e totul pentru mine la o lume în care mă bucur că celălalt există și în care, în final, mă bucur că exist – iată care e miza! Iubirea emoțională este o iubire de reacțiuni și acțiuni, legate de pasiune și gelozii. Iubirea inimii e însă o iubire clădită pe bucurie, pe bucuria adîncă de a exista și de a ști că celălalt există. Această iubire există în iubirea de sine, în iubirea vieții din sine și din celălalt.
Bucuria nu încătușează, nu dictează, nu condamnă. E întotdeauna liberă și deschisă, accesibilă oricui vrea să trăiască în ea. E cea mai bună iubită lăuntrică. Prin

urmare, ființa care trăiește în bucurie e cel mai bun partener cu putință. Cel mai bun lucru pe care-l putem face pentru noi și pentru partener este să permanentizăm în noi stările de bucurie. Încet-încet, aceste stări abolesc sentimentul separării de partener și de lume. Căutăm cu disperare bucuria și armonia în cuplu pentru că nu le cunoaștem înlăuntrul nostru. Cum ar putea doi oameni să cunoască o bucurie durabilă în doi, prin ce întîmplare nesperată plăcerea lor de a fi împreună ar putea dăinui, dacă nici unul din ei nu cultivă bucuria profundă de a exista?

Încheiere: Iubirea nu e o relație, ci o stare

Sîntem materie brută, nepregătită pentru fericire și pentru extazul de a trăi. Experiențele dificile din copilărie sau din cuplu ne purifică. Ne fac receptivi și capabili de sublim. Ne dezvăluie substanța noastră lăuntrică, silindu-ne să abandonăm una cîte una carapacele și definițiile noastre limitate. Alchimiștii care încercau să transforme plumbul în aur numeau prima fază a acestei purificări *nigredo* (obținerea pietrei filozofale). Putrezirea, calcinarea, separarea erau principalele operații ale acestei etape. Este o bună metaforă a vieții în doi și a vieții în general. Cînd relația de cuplu exală mirosuri grele, se încinge, arde, se desface, *nigredo* își săvîrșește opera de purificare. Pericolul e ca focul emoției să fie prea viu și să provoace explozia. În astfel de momente, mama și fiul se rănesc, tatăl își umilește fiica, cuplul se rupe. În schimb, cînd focul e prea slab, nu există transformări. Indivizii rămîn împreună într-un fel de confort indiferent, lipsit de comunicare. Arta constă așadar în a menține focul la temperatura potrivită.

La fel se întîmplă cu criza. Dacă relația noastră a ajuns în cuptorul alchimic al transformării, nu e un lucru grav, e chiar necesar. Nu puteam evita criza. Ea ne permite să trecem la noi valori. E un proces de purificare natural. Scopul lui este să ne facă să abandonăm iluzia că am putea găsi fericirea în celălalt, în partenerul potrivit, în ființa perfectă pe care am putea-o întîlni și care ne-ar rezolva toate problemele. Înțelegerea acestui adevăr este esențială, căci e condiția *sine qua non* a unei înțelegeri și mai importante, anume că Iubirea nu e o relație, ci o stare. Țelul secret al acestui proces de transformare e

să ne facă să înțelegem că Iubirea există deja în noi. Ea preexistă oricărei relații și ne putem hrăni din ea neîncetat.
Suferința relației provoacă o regăsire de sine ce permite pînă la urmă legătura dintre două ființe suverane care celebrează împreună bucuria de a exista. Căci forțele vii ale existenței la asta ne îndeamnă: să celebrăm conștient și solidar bucuria de a trăi. Mulți înțelepți au izbutit contopirea supremă cu Unu în singurătatea unei caverne sau a unei mînăstiri. A venit timpul ca această izbîndă să se extindă la viața colectivă, trecînd prin viața de cuplu și cea de familie. Altminteri, pămîntul riscă să rămînă un loc al eșecului. Prețioasele daruri care sînt senzualitatea și sexualitatea nu servesc atunci la nimic. Sînt percepute ca niște ispite ce întîrzie progresul celui care li se consacră. Dar dacă prin sexualitate și senzualitate am celebra Viața ? Dacă ne-am bucura fără sentimente de culpabilitate de capacitatea noastră de a transforma materia fizică și psihică ? Dacă ne-am bucura deplin de capacitatea noastră de a simți și de a ne exprima, trăind extazul comuniunii cu tot ce există ?

Este opt dimineața. Îmi ridic privirea de pe computer. Afară, primăvara se trezește. Arborele din fața biroului meu are muguri mari care nu așteaptă decît căldura soarelui ca să devină frunze. Păsărelele cîntă. Circulația orașului, cu valurile ei de zgomot succesive, îmi evocă o mare nesfîrșită. Primăvara este și în mine. Simt o bucurie de a trăi și o forță uriașă curgîndu-mi în vine. Gata, am scris destul ! Viața mă cheamă irezistibil. Sînt emoționat ca atunci cînd aveam opt ani și, văzînd la trezire că soarele e sus pe cer, săream pe bicicletă și o porneam la întîmplare.
Un ultim lucru totuși înainte de a vă părăsi – cel mai important, bineînțeles. Încă-l aud pe profesorul meu de tai-chi repetînd neobosit : « Cea mai bună modalitate de a fi fericit este să fii fericit ! »

Bibliografie

• Badinter, Elisabeth, *XY. De l'identité masculine*, Paris, Odile Jacob, 1992.

• Bauer, Jan, *Impossible Love: Why the Heart Must Go Wrong*, Dallas, Texas, Spring Publications, 1993.

• Biller, Henry B., « Fatherhood: Implications for child and adult development », în *Handbook of Developmental Psychology*, Englewood Cliff, N.J., Prentice Hall, 1982.

• Bly, Robert, *Iron John. A Book About Men*, Massachusetts, Addison-Wesley Publishing Company, 1990.

• Carter, Julian / Sokol, Julia, *Ces hommes qui ont peur d'aimer. Ceux qui séduisent et ne s'engagent pas. Comprendre les hommes des amours impossibles*, « J'ai lu », colecția « Bien-être », Paris, 1994.

• Corneau, Guy, *Père manquant, fils manqué. Que sont les hommes devenus ?*, Montréal, Éditions de l'Homme, 1989.

• Cyrulnik, Boris, *Sous le signe du lien. Une histoire naturelle de l'attachement*, col. « Histoire et philosophie des sciences », Paris, Hachette, 1989.

• Cyrulnik, Boris, *Les Nourritures affectives*, Odile Jacob, Paris, 1993.

• Desteian, John A., *Coming Together – Coming Apart. The Union of Opposites in Love Relationships*, Sigo Press, Boston, 1989.

• Dorais, Michel / Menard, Denis, *Les Enfants de la prostitution*, VLB Éditeur et Le Jour, Montréal, 1987.

• Ellenberger, Henri, *The Discovery of the Unconscious. The History and Evolution of Dynamic Psychiatry*, Basic Books Inc., New York, 1970.

• Franz, Marie-Louise von, « Le processus d'individuation », în *L'Homme et ses symboles*, Robert Laffont, Paris, 1964.

• Gravelaine, Joëlle de, *La Déesse sauvage. Les divinités féminines: mères et prostituées, magiciennes et initiatrices*, Danges, 1993.
• Guggenbühl-Craig, Adolf, *Marriage Dead or Alive*, Texas, Spring Publications, 1981.
• Jacobi, Jolanda, *La Psychologie de C. G. Jung*, col. « Action et pensée », Mont-Blanc, Genève, 1964.
• Jacoby, Mario, *Individuation and Narcissism: The Psychology of Self in Jung & Kohut*, Routledge, Londra, 1990.
• Jacoby, Mario, *Shame and the Origins of Self-Esteem. A Jungian Approach*, Routledge, Londra, 1994.
• Jung, C. G. et al., *L'Homme et ses symboles*, Robert Laffont, Paris, 1964.
• Jung, C. G., *Métamorphose de l'âme et ses symboles*, Genève, Librairie de l'Université, 1967.
• Jung, C. G., *Dialectique du Moi et de l'inconscient*, col. « Folio/Essais », nr. 46, Gallimard, Paris, 1973.
• Jung, Carl Gustav, *Les Racines de la conscience. Études sur l'archétype*, Buchet/Chastel, Paris, 1975.
• Kinsey, Alfred Charles et al., *Sexual Behavior in the Human Male*, Raportul Kinsey, 1948.
• Kinsey, Alfred Charles et al., *Sexual Behavior in the Human Female*, Raportul Kinsey, 1953.
• Kohut, Heinz, *Le Soi. La psychanalyse des transferts narcissiques*, colecția « Le Fil rouge », PUF, Paris, 1974.
• Laplanche, J. / Pontalis, J.-B., *Le Vocabulaire de la psychanalyse*, PUF, Paris, 1976.
• Lavalée, Gabrielle, *L'Alliance de la brebis*, colecția « Victime », Éditions JCL, 1993.
• Lebrun, Paule, « Face à l'ombre », interviu cu Jan Bauer, *Guide Ressources*, vol. 11, nr. 8, mai 1996, Montréal.
• Lichtenberg, J. D., *Psychoanalysis and Infant Research*, Hillsdale, N. J., Analytic Press, 1983.
• Miller, Alice, *Le Drame de l'enfant doué. À la recherche du vrai soi*, col. « Le Fil rouge », PUF, Paris, 1990.

• Neuman, Erich, *The Origins and History of Consciousness*, New York, RFC Hull, 1954.
• Norwood, Robin, *Ces femmes qui aiment trop. La radioscopie des amours excessifs*, Stanké, Montréal, 1986.
• Olivier, Christiane, *Les enfants de Jocaste. L'empreinte de la mère*, Denoël/Gonthier, Paris, 1980.
• Olivier, Christiane, *Les Fils d'Oreste. Ou la question du père*, Flammarion, Paris, 1994.
• Olivier, Christiane, *Filles d'Ève*, Denoël, Paris, 1990.
• Shierse-Leonard, Linda, *La fille de son père. Guérir la blessure dans la relation père-fille*, Le Jour, 1990.
• Simard, Réjean, *Au-delà de l'inceste. À la recherche de son identité*, comunicare la al XI-lea Congres de analiză bioenergetică, Miami, mai, 1992.
• Singer, June, *Androgyny*, Anchor Books, New York, 1977.
• Stevens, Anthony, *Archetypes. A Natural History of the Self*, Quill, New York, 1983.
• Turner, Victor, « Betwixt and Between: The liminal period in rites of passage », în *Betwixt and Between*, (sub direcția) Louise Carus Mahdi, Steven Foster & Meredith Little, La Salle, Open Court, Illinois, 1987.

Note

1. Jan Bauer, *Impossible Love: Why the Heart Must Go Wrong*, Dallas, Texas, Spring Publications, 1993.
2. Vezi Heinz Kohut, *Le Soi. La psychanalyse des transferts narcissiques*, colecția « Le Fil rouge », PUF, Paris, 1974, pp. 9-45, și Mario Jacoby, *Individuation and Narcissism: The Psychology of Self in Jung and Kohut*, Routledge, Londra, 1990.
3. Vezi Erich Neuman, *The Origins and History of Consciousness*, New York, RFC Hull, 1954.
4. Termenul de « complex » a fost propus de Jung în urma experiențelor sale asupra asociațiilor pe care creierul le produce în mod spontan.
5. Pentru a lămuri noțiunile clasice ale psihanalizei, cum ar fi *proiecție, refulare, rezistență, identitate, eu, complex*, recomand lucrarea de referință a lui J. Laplanche și J.-B. Pontalis, *Le Vocabulaire de la psychanalyse* (trad. rom. *Vocabularul psihanalizei*, Humanitas, 1994).
Astfel, la p. 344, *proiecția* este definită ca « operația prin care subiectul expulzează din sine și localizează în celălalt, persoană sau obiect, calități, sentimente, dorințe și chiar „obiecte", pe care le ignoră sau le refuză în sine. Este un mecanism de apărare foarte arhaic pe care-l întîlnim mai ales în paranoia, dar și în moduri de gîndire „normale", cum ar fi superstiția. »
6. *Umbra* este un arhetip universal care atestă tendința fiecăruia de a contribui la ceea ce s-a convenit să numim *răul*. La nivel personal, e vorba de un frate obscur (adică întunecat și necunoscut) pe care îl purtăm în noi, ferindu-l de privirile celorlați. Prin extensie, *umbra* desemnează uneori întreg inconștientul, pentru că acesta rămîne mereu obscur. În vise, *umbra* este în general reprezentată de o persoană de același sex cu noi. Umbra reprezintă totodată părți pozitive ale eului, dar care au fost refulate sau neglijate.

7. Vezi Mario Jacoby, *Shame and the Origins of Self-Esteem: A Jungian Approach*, Routledge, Londra, 1994, pp. 24-46.
8. Referitor la teoria inferiorității unui organ, vezi capitolul consacrat lui Adler de Henri Ellenberger în *The Discovery of the Unconscius. The History and Evolution of Dynamic Psychiatry*, Basic Books Inc., New York, 1970, pp. 603-606.
9. Alfred Charles Kinsey et al., *Sexual Behavior in the Human Male*, Raport Kinsey, 1953.
10. Christiane Olivier, *Les enfants de Jocaste. L'empreinte de la mère*, Denoël/Gonthier, Paris, 1980, pp. 53-72.
11. Pentru a fi cinstiți cu Jung, trebuie spus că arhetipurile nu sînt niciodată reprezentări. Sînt mai curînd structuri psihice care organizează reprezentările simbolice. Vezi textul teoretic intitulat « Reflecții asupra naturii psihismului » pe care Jung îl consacră naturii arhetipurilor în *Les Racines de la conscience, Études sur l'archétype*, Buchet Chastel, Paris, 1975, p. 465 și urm. În ce privește arhetipurile animus și anima, lucrarea lui Jung intitulată *Dialectique du Moi et de l'inconscient*, *op.cit.*, p. 143 și urm. rămîne o excelentă sursă de informare.
12. Marie-Louise von Franz, « Le processus d'individuation », în *L'Homme et ses symboles*, Robert Laffont, Paris, 1964, p. 177.
13. *Persona* este masca pe care fiecare dintre noi o poartă în societate și ori de cîte ori este în prezența cuiva. Jung a împrumutat termenul din greacă, unde desemna masca pe care o purta actorul pentru a-și face vocea să răsune (*per sonare*) mai bine în amfiteatru. Așadar, *persona* servește drept punte spre ceilalți. E o formă de adaptare a eului nostru veritabil la societate. Cînd nu mai exprimă nici o trăsătură a personalității de bază, poate deveni rigidă și morbidă. *Persona* este esențială, ea servește vieții în general și ajută la controlul pulsiunilor, dar nu trebuie să ne identificăm cu ea pînă la a crede că repre-

zintă întreaga noastră personalitate. Vezi *Dialectique du Moi et de l'inconscient*, *op. cit.*, p. 81.
14. Vezi Robin Norwood, *Ces femmes qui aiment trop. La radioscopie des amours excessifs*, Stanké, Montréal, 1986.
15. Vezi Julian Carter și Julia Sokol, *Ces hommes qui ont peur d'aimer. Ceux qui séduisent et ne s'engagent pas. Comprendre les hommes des amours impossibles*, « J'ai lu », colecția « Bien-être », Paris, 1994.
16. Christiane Olivier, *Les Enfants de Jocaste*, *op.cit.*, p. 65.
17. Gabrielle Lavalée, *L'Alliance de la brebis*, colecția « Victime », Éditions JCL, 1993.
18. Nu există statistici oficiale privind incestul. Michel Doris, care s-a ocupat de domeniul prostituției și a scris mai multe cărți cu acest subiect, crede că pînă la 80% din prostituate sînt foste victime ale incestului.
19. Este teza pe care o dezvoltă Freud în *Totem și tabu*. Etnologii actuali pun la îndoială teoria lui Freud, dar ea rămîne un mit psihologic interesant. Vezi Henri Ellenberger, *op. cit.*, p. 526.
20. Vezi Jan Bauer, *Impossible Love: Why the Heart Must Go Wrong*, *op. cit.*, unde se explorează sensul psihologic al acestor pasiuni osîndite de tabuurile sociale.
21. Adolf Guggenbühl-Craig, *Marriage Dead or Alive*, Texas, Spring Publications, 1981.
22. Linda Shierse-Leonard, *La fille de son père. Guérir la blessure dans la relation père-fille*, Le Jour, 1990, p. 63.
23. June Singer, *Androgyny*, Anchor Books, New York, 1977.
24. Recomand, pentru aprofundarea acestei teme, cartea psihanalistei Christiane Olivier: *Filles d'Ève*, Denoël, Paris, 1990.
25. Marie-Louise von Franz, « Le processus de l'individuation », în *L'Homme et ses symboles*, *op. cit.*, p. 191.
26. În Canada, de exemplu, cel puțin 20% din copii trăiesc în situație monoparentală; 80% din aceste familii

cu părinte unic sînt conduse de o femeie, iar 10% din acești copii n-au cunoscut niciodată prezența tatălui.

27. Elisabeth Badinter, *XY. De l'identité masculine*, Paris, Odile Jacob, 1992, p. 83.

28. Nu sînt singurul de această părere. O regăsim în toate cărțile psihanalistei Christiane Olivier, ultima fiind *Les Fils d'Oreste. Ou la question du père*, Flammarion, Paris, 1994, p. 117.

29. Jung tratează pe larg această temă în *Métamorphose de l'âme et ses symboles*, Genève, Librairie de l'Université, 1967, pp. 677–721.

30. J. D. Lichtenberg, *Psychoanalysis and Infant Research*, Hillsdale, N.J., Analytic Press, 1983.

31. Boris Cyrulnik, *Les Nourritures affectives*, Odile Jacob, Paris, 1993.

32. Elisabeth Badinter, *op. cit.*, p. 128.

33. A se vedea « Fatherhood: Implications for child and adult development » de Henry B. Biller, în *Handbook of Developmental Psychology*, Englewood Cliff, N.J., Prentice-Hall, 1982, p. 709.

34. C. G. Jung, *Les Racines de la conscience*, *op.cit.*, p. 106.

35. C. G. Jung, *Les Racines de la conscience*, *op.cit.*, p. 117.

36. Așa cum am arătat deja, pentru Jung umbra este o structură arhetipală a psihismului nostru, ceea ce înseamnă că fiecare ființă are tendința de a disimula aspectele mai puțin strălucite ale personalității sale. Deși sarcina nu e ușoară, o ființă nu poate « deveni completă » fără a-și asuma această parte de umbră.

37. Paule Lebrun, « Face à l'ombre », interviu cu Jan Bauer, *Guide Ressources*, vol. 11, nr. 8, mai 1996, Montréal, p. 41.

38. Leonard Cohen, « Anthem », din discul *The Future*, Colombia Records, 1992.

39. În legătură cu retragerea proiecțiilor, vezi Jolanda Jacobi, *La Psychologie de C. G. Jung*, colecția « Action et Pensée », Genève, Mont-Blanc, 1964, pp. 146–148.

CUPRINS